



# Panecillos, Muffins y Pasteles

Colección  
Paso a Paso

*Aporte de Lupita*



Todas las recetas han sido probadas dos veces por nuestro equipo de economistas domésticos. Cuando probamos nuestras recetas, las evaluamos en cuanto al grado de dificultad de su preparación. Las siguientes categorías aparecen en el libro, haciendo su uso más fácil y comprensible:



Un solo símbolo indica que la receta es muy sencilla y generalmente fácil de hacer, perfecta para principiantes.



Dos símbolos indican que se necesita un poco más de tiempo y cuidado para hacer la receta.



Tres símbolos indican platillos especiales, que necesitan una inversión mayor de tiempo, cuidado y paciencia; pero los resultados lo valen.

# Aporte de Lupita

© Scones Muffins & Teatime Treats

Publicado por Murdoch Books una división de Murdoch Magazines Pty Limited.  
GPO Box 1203, Sydney NSW 1045

© 2005, Grupo Editorial Tomo, S. A. de C. V.

Nicolás San Juan 1043, Col. Del Valle 03100 México, D. F.

Tels.: 5575-6615, 5575-8701 y 5575-0186 Fax 5575-6695

<http://www.grupotomo.com.mx>

ISBN: 970-775-040-5

Miembro de la Cámara Nacional  
de la Industria Editorial No. 2961

Traducción: Ivonne Said Martínez

Diseño de portada: Emigdio Guevara

Formación tipográfica: Servicios Editoriales Aguirre, S. C.

Supervisor de producción: Leonardo Figueroa

Derechos reservados conforme a la ley

Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida o transmitida en cualquier forma, o por cualquier medio electrónico o mecánico, incluyendo fotocopiado, cassette, etc., sin autorización por escrito del editor titular del

Copyright. Este libro se publicó conforme al contrato establecido entre

Murdoch Books y Grupo Editorial Tomo, S. A. de C. V.

Impreso en México - Printed in Mexico



# CONTENIDO

La hora del té .....	4
Rellenos, coberturas, mantequillas y mermeladas .....	6
Bollos .....	13

Muffins .....	33
Para la hora del café .....	51
Información útil .....	80



*Tartas de fresa, página 19*



*Roles de queso y hierbas, página 31*



*Muffins de elote y pimienta, página 49*



*Krenzl, página 53*



# LA HORA DEL TÉ

En algún momento, la hora del té fue una parte importante de la vida diaria. En la época Victoriana, "el gran té" era un evento formal que tenía lugar todos los días a las cuatro de la tarde. Por supuesto, el té se servía acompañando con bocadillos salados de pepino o berros, seguidos de un pastel, galletas o elaboradas tartas. La hora del té se esperaba con gran apetito, y su preparación requería varias horas y la participación de muchos sirvientes. Esta tradición desapareció con el tiempo, pero sus recetas, con todas sus variedades, no deben quedar en el olvido. Por ejemplo, unos deliciosos bollos calientes son un maravilloso tentempié para los niños que vuelven hambrientos de la escuela, o para una inesperada reunión familiar o de amigos. Se preparan fácil y rápido, con ingredientes comunes y sin utensilios o accesorios especiales. Recién salidos del horno son deliciosos, y cubiertos o rellenos de algún complemento surgido de la imaginación, resultan bo-

cadillos inolvidables. Los bollos salados son el acompañamiento perfecto para todo tipo de sopas, guisados y platillos, y combinan muy bien con el café o el té.

Los muffins también son muy famosos; su variedad de ingredientes, dulces o salados, es prácticamente ilimitada y resultan más fáciles de preparar que los bollos. Igual que éstos, los muffins se disfrutan más recién horneados, aunque se conservan en buen estado varios días si se guardan en recipientes herméticos, y son una buena alternativa para el "lunch" escolar o un día de campo.

En este libro también se incluyen recetas de pasteles que requieren mayor elaboración y tiempo que los muffins y los bollos, pero su popularidad y sofisticación los hacen adecuados para ocasiones y fiestas especiales. Es importante recordar que el éxito de toda merienda radica en una taza de té o de café bien preparada, por lo que a continuación te damos algunas sugerencias para elaborarlos.

## LA TAZA PERFECTA DE TÉ

Enjuaga una tetera limpia con agua hirviendo, añade una cucharadita de hojas de té sueltas y frescas por cada taza que pienses servir; si te gusta cargado, agrega la tradicional "cucharadita para la tetera". Hierva una buena cantidad de agua fresca e incorpora de inmediato a la tetera, remueve el líquido una sola vez y deja reposar algunos minutos; el té en bolsa requiere 3 minutos y el de hojas 5. Se recomienda que cubras la tetera con una funda de tela para conservar mejor el calor. Sirve el té colado en jarras o tazas tibias.

Prepara el que le gusta a la mayoría, de entre la amplia variedad destacan los ingleses e irlandeses, pero también los indios, como el Darjeeling. Los tés chinos son muy fuertes y aromáticos, y los conocedores sugieren que se sirvan con limón, nunca con leche; además, son buenos acompañantes para platillos salados.

Por tradición, los tés herbales no se sirven en la hora del té porque su sabor quizá no es del todo aceptado por los in-





vitados; mientras que los tés helados representan un excelente medio para refrescarse durante los cálidos días del verano.

### LA LECHE, UN TEMA CANDENTE

Servir la leche en la taza antes o después del té, depende mucho del gusto y la comodidad. Técnicamente hablando, lo adecuado es servir la leche primero, ya que ésta se calienta al contacto con el té, lo que le da un mejor sabor a la bebida. La diferencia es apenas perceptible y cuando se atiende a un gran número de invitados, puede ser poco práctica; es mejor ofrecer la leche en una jarra junto con la tetera y un plato con rodajas de limón, para que los invitados decidan cómo servirlo.

### CAFÉ

Así como la preparación de los bollos distingue a un buen cocinero, de igual ma-

nera preparar una buena taza de café representa todo un desafío.

La gama de cafeteras caseras es tan amplia como las variedades de café; existen desde las que preparan una sola taza de expés o capuchino, hasta aquellas que tienen émbolos, coladores y filtro por goteo.

En cualquier caso, debe utilizarse café especialmente molido para cada una de ellas. Una cafetera de vapor, como aquellas para preparar café expés o capuchino, requiere una molienda muy fina, mientras que una de filtro por goteo emplea una molienda mediana, y los coladores se utilizan con una molienda más gruesa. Cuando se prepare café en una de estas últimas, la bebida debe filtrarse antes de servirse, para eliminar los residuos sólidos que pudieran quedar. En las tiendas que se dedican a vender café te aconsejan sobre el tipo de café que necesita tu cafetera.

Elegir una mezcla adecuada es un asunto complicado, debido a las extensas posibilidades

de sabor y aroma que se encuentran en los diferentes tipos de café, por lo que la única forma de hacer la mejor elección es experimentando. En las buenas tiendas de café podrán aconsejarte sobre las combinaciones más comunes. En términos generales, el sabor de un grano es directamente proporcional a la intensidad de su color; los granos muy oscuros pueden resultar desagradables para algunas personas, ya que su sabor es amargo. Una mezcla de muchas variedades es poco recomendable, y actualmente en el mercado encontramos mezclas estandarizadas, como el Moka Kenia o el Continental.

Te sugerimos que compres la cantidad de café que pienses consumir en un plazo máximo de dos semanas, almacénalo en un recipiente hermético y mézclalo al refrigerador. Si vas a molerlo tú, hazlo al momento de prepararlo.

*Aporte de Lupita*





# RELLENOS, COBERTURAS, MANTEQUILLAS Y MERMELADAS

Los bollos, muffins y panecillos son deliciosos solos, pero untados o rellenos con crema, mermelada o mantequilla de sabores, convierten la hora de la merienda en un momento muy especial.

## MERMELADA DE LICOR

En una cazuela, poner 1 taza de mermelada de chabacano, 1 cucharada de Grand Marnier y 1 cucharadita de ralladura de naranja; remover a fuego lento durante 2 minutos para mezclar muy bien; dejar enfriar.

## MERMELADA DE FRESA

En una cazuela pequeña, calentar  $\frac{1}{2}$  taza de mermelada de fresa sin azúcar y 1 taza de fresas frescas, o descongeladas, partidas en cuatro. Dejar que suelte el hervor, bajar la flama y cocer durante 5 ó 7 minutos, hasta que las fresas se suavicen. Cambiar a otro recipiente para que se enfríe.

## CREMA DE LIMÓN

En un recipiente resistente al calor, mezclar 3 yemas de huevo,  $\frac{1}{4}$  de taza de azúcar refinada, 50g de mantequilla fundida, 2 cucharadas de jugo de limón y 2 cucharaditas de ralladura de limón. Con el batidor manual, batir el azúcar hasta que se disuelva; calentar a baño maría, sin dejar de mover, durante 10 minutos, hasta que la mezcla espese. Retirar del fuego y cambiar a otro recipiente para que se enfríe.

*En el sentido opuesto de las manecillas del reloj:*

Mermelada de licor; Mermelada de fresa;

Crema de limón; Crema de vainilla y maracuyá;

Crema de chocolate y nuez; Crema dulce de yogurt;

Crema de moras; Mermelada de almendras

# Aporte de Lupita



### MERMELADA DE ALMENDRAS

En una charola, hornear  $\frac{1}{2}$  de taza de almendras fileteadas a  $180^{\circ}\text{C}$  durante 7 minutos, o hasta que se doren ligeramente. Dejar enfriar y verter sobre  $\frac{1}{2}$  taza de mermelada de higo, revolver bien.

### CREMA DE MORAS

Con la batidora, batir a punto de nieve  $\frac{1}{2}$  de taza de crema y 2 cucharadas de azúcar; agregar 1 taza de moras machacadas y revolver con una cuchara de metal.

### CREMA DULCE DE YOGUR

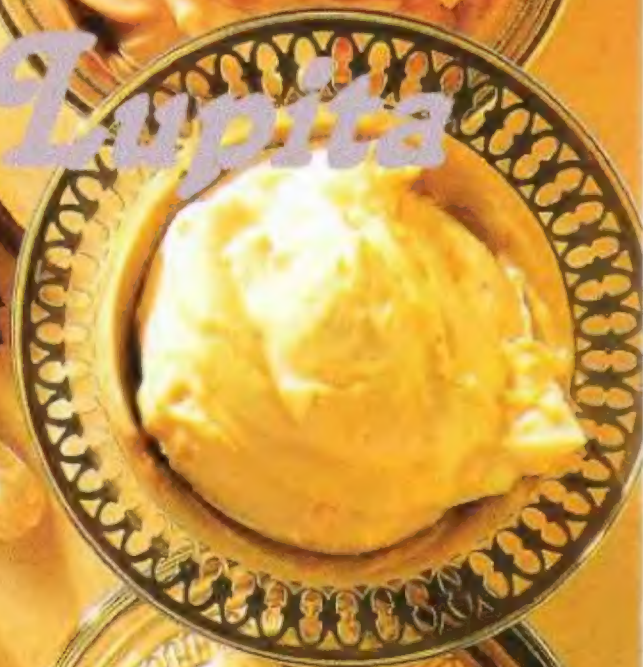
Con la batidora, batir a punto de nieve  $\frac{1}{2}$  taza de crema, 1 cucharada de miel y 2 cucharaditas de ralladura de naranja con una cuchara de metal; incorporar  $\frac{1}{2}$  de taza de yogur.

### CREMA DE CHOCOLATE Y NUEZ

En una charola, hornear  $\frac{1}{2}$  taza de nueces a  $180^{\circ}\text{C}$  durante 10 minutos, o hasta que se doren ligeramente; picar fino una vez frías. Batir 1 taza de crema a punto de nieve; incorporar la nuez picada y  $\frac{1}{2}$  de taza de chocolate oscuro rallado.

### CREMA DE VAINILLA Y MARACUYÁ

Mezclar 1 taza de crema con 2 cucharadas de azúcar de vainilla a punto de nieve. Agregar  $\frac{1}{2}$  de taza de pulpa de maracuyá.



*Aporte de Lupita*





# Aporte de Lupita

## COMPOTA DE JENGIBRE Y PERA

En una cazuela, mezclar  $\frac{1}{2}$  taza de agua y  $\frac{1}{2}$  de taza de azúcar; calentar a fuego lento moviendo y sin dejar que hierva, hasta que el azúcar se disuelva. Lavar, descorazonar y picar 2 peras grandes, agregar al agua con azúcar junto con 2 cucharadas de jengibre glaseado en trocitos. Dejar que suelte el hervor, bajar la flama y cocer sin tapar durante 10 minutos, hasta que las peras se suavicen y se consuma el líquido. Servir a temperatura ambiente.

## MASCARPONE CON ESPECIAS

Mezclar 1 taza de queso mascarpone, 2 cucharadas de miel de maple y  $\frac{1}{2}$  cucharadita de especias en polvo. Batir ligeramente con la batidora eléctrica, hasta que espese; no batir en exceso, para evitar que la mezcla se cuaje.

## MANTEQUILLA DE MANZANA Y CANELA

Pelar, descorazonar y picar 3 manzanas; mezclar en una cazuela con 1 cucharada de jugo de limón y 50g de mantequilla. Cocer, tapada, a fuego lento durante 10 minutos o hasta que las manzanas se suavicen. Agregar 1 ó 2 cucharadas de azúcar,  $\frac{1}{2}$  cucharadita de canela y  $\frac{1}{2}$  cucharadita de especias en polvo; revolver muy bien. Servir a temperatura ambiente.

## PASTA PARA UNTAR DE DÁTILES CON RON

Deshuesar y picar 250g de dátiles frescos. Poner en una cazuela junto con 1 cucharada de ron, 25g de mantequilla y  $\frac{1}{2}$  de taza de agua; remover durante 3 minutos, hasta que la pasta se suavice y no tenga grumos.



En el sentido de las manecillas del reloj: Compota de jengibre y pera; Mascarpone con especias; Mantequilla de manzana y canela; Pasta para untar de dátiles con ron; Mermelada sencilla de frambuesa; Crema de caramelo y almendras; Crema de brandy; Crema de avellana.



# Aporte de Lupita

## MERMELADA SENCILLA DE FRAMBUESA

En una cazuela, mezclar 300g de frambuesas frescas, o descongeladas, 1 manzana pelada y picada, y 2 cucharadas de azúcar refinada. Dejar que suelte el hervor (conforme se calientan, las frambuesas se hacen líquidas), bajar la flama y cocer, moviendo de vez en cuando, durante 20 minutos, o hasta que espese.

## CREMA DE CARAMELO Y ALMENDRAS

Forrar una charola con papel aluminio y barnizar ligeramente con aceite. En una cazuela, poner  $\frac{1}{2}$  de taza de azúcar y  $\frac{1}{2}$  de taza de almendras peladas; cocer a fuego muy lento hasta que el azúcar se disuelva y adquiera un tono dorado; de ser necesario, inclinar el recipiente, sin revolver el contenido. Servir en la charola y esperar a que cuaje. Triturar el caramelo en el procesador de alimentos y mezclar los trocitos con 1 taza de crema espesa; revolver hasta incorporar.

## CREMA DE BRANDY

En un recipiente, mezclar  $\frac{1}{2}$  taza de crema,  $\frac{1}{4}$  taza de natilla instantánea y 1 cucharada de brandy. Batir con la batidora hasta que espese ligeramente.

## CREMA DE AVELLANA

Con la batidora eléctrica, batir a punto de nieve  $\frac{1}{2}$  de taza de crema. Agregar  $\frac{1}{4}$  de taza de crema de chocolate y avellana para untar, mezclar con una cuchara de metal o una espátula.



### MANTEQUILLA DE CÍTRICOS

Cortar en cubos 125g de mantequilla a temperatura ambiente; mezclar en el procesador de alimentos con  $\frac{1}{4}$  de taza de miel, la ralladura de 1 naranja, 1 cucharada de jugo de naranja y  $\frac{1}{2}$  cucharada de canela, hasta obtener una pasta homogénea.

### MANTEQUILLA DE FRUTOS SECOS

Cortar en cubos 125g de mantequilla a temperatura ambiente; mezclar en el procesador de alimentos con 150g de frutos secos surtidos, tostados y sin sal, y 2 cucharaditas de ralladura de naranja, hasta obtener una pasta homogénea.

### MANTEQUILLA DE NUEZ Y MIEL

Tostar a temperatura media  $\frac{1}{4}$  de taza de nueces durante 2 ó 3 minutos, hasta que se doren ligeramente. Cortar en cubos 125g de mantequilla a temperatura ambiente y mezclar en el procesador de alimentos con las nueces y  $\frac{1}{2}$  taza de miel, hasta obtener una pasta homogénea.

### MANTEQUILLA DE FRESAS

Cortar en cubos 125g de mantequilla a temperatura ambiente; mezclar en el procesador de alimentos con 1 cucharada de azúcar refinada y 1 taza de trocitos de fresas, hasta obtener una pasta homogénea.

### MANTEQUILLA DE CHABACANO

En un recipiente, colocar  $\frac{1}{2}$  taza de orejones picados y cubrir con agua caliente; dejar 15 minutos para que se ablanden. Escurrir y mezclar en el procesador de alimentos con 125g de mantequilla a temperatura ambiente en cubos y 1 cucharada de azúcar refinada, hasta obtener una pasta homogénea.

#### NOTA

Las mantequillas de sabor pueden conservarse en el refrigerador, cubiertas. Antes de servir, esperar a que estén a temperatura ambiente. Pueden congelarse hasta 1 mes.

*Aporte de Lupita*





**MANTEQUILLA DE HIERBAS**

Cortar en cubos 125g de mantequilla a temperatura ambiente; mezclar en el procesador de alimentos con 1/4 de taza de perejil, 1 cucharada de albahaca picada, 1 cucharada de estragon picado, 1 diente de ajo machacado y 1 cucharadita de jugo de limón, hasta obtener una pasta homogénea.

**MANTEQUILLA DE MOSTAZA**

Cortar en cubos 125g de mantequilla a temperatura ambiente; mezclar en el procesador de alimentos con 1 cucharada de mostaza Dijon, 1 cucharada de mostaza francesa suave y 2 cucharadas de perejil finamente picado, hasta obtener una pasta homogénea.

**MANTEQUILLA DE JITOMATES DESHIDRATADOS**

Escurrir y partir 1/4 de taza de jitomates deshidratados y envasados en aceite. Cortar en cubos 125g de mantequilla a temperatura ambiente; mezclar en el procesador de alimentos con los jitomates y 1 cucharadita de jugo de limón, hasta obtener una pasta homogénea.

**MANTEQUILLA DE CHILE**

Cortar en cubos 125g de mantequilla a temperatura ambiente; mezclar en el procesador de alimentos con 1 ó 2 chiles rojos pequeños y picados, 2 cucharadas de cilantro fresco y 1/2 cucharadita de comino molido, hasta obtener una pasta homogénea.

**MANTEQUILLA DE RÁBANO**

Cortar en cubos 125g de mantequilla a temperatura ambiente; mezclar en el procesador de alimentos con 1 cucharada de crema de rábano, 1 cucharada de cebollines y 1 cucharadita de jugo de limón, hasta obtener una pasta homogénea.

*De izquierda a derecha, primera columna: Mantequilla de cítricos; Mantequilla de frutos secos; Mantequilla de nuez y miel. Segunda columna: Mantequilla de fresas; Mantequilla de chabacano. Tercera columna: Mantequilla de hierbas; Mantequilla de mostaza; Mantequilla de jitomates deshidratados. Cuarta columna: Mantequilla de chile; Mantequilla de rábano.*







*Aporte de Lupita*



# BOLLOS

## CÓMO PREPARAR BOLLOS PERFECTOS

No es difícil preparar bollos, y es mucho más fácil con la práctica. Con esta guía paso a paso, te acompañaremos en el proceso de preparación de algunas tandas. Primero, lee con atención la receta y prepara los ingredientes, pesándolos y midiéndolos muy bien. Antes de empezar, precalienta el horno, prepara y engrasa la charola. Todos los bollos se hacen bajo los mismos principios: añadir los ingredientes líquidos a los sólidos y mezclar la masa lo más suave y rápido posible.

**1** En un tazón grande, cernir el harina junto con cualquier otro ingrediente sólido. Con este proceso se airea un poco el harina, lo que da como resultado bollos más ligeros. Cuando se utiliza harina integral, primero se cieme y las cascarrillas se incorporan después al recipiente, para añadir textura. La mantequilla se utiliza a temperatura ambiente y en trozos pequeños. Con los dedos, frotar suave y brevemente el harina con la mantequilla hasta

obtener una mezcla con consistencia de migajas. El secreto para lograr bollos ligeros, está en el manejo ligero de la masa.

**2** Hacer un hueco en el centro de la mezcla y verter casi todos los líquidos. La cantidad de humedad del harina varía de acuerdo con la marca, e incluso entre paquetes individuales, por lo que quizá no se necesitará la cantidad especificada. Mezclar el harina con el líquido con una espátula, como si se cortara la mezcla, girando el tazón. Usar la espátula y no una cuchara de metal, ayuda a no trabajar la masa en exceso. La mezcla tomará forma de trozos pequeños y húmedos. Si se ve seca, añadir un poco más de líquido.

**3** Incorporar toda la masa y vaciar en una superficie limpia y ligeramente enharinada. Se sugiere utilizar el harina que se indica en cada receta.

**4** Amasar ligeramente el harina con las manos, doblandola sobre si y ejerciendo un poco de presión; dar un cuarto de vuelta y repetir la operación. No debe amasarse por más de 30 ó 40 segundos, tiempo suficiente para quitarle lo pegajoso.

**5** Con la ayuda del rodillo, extender la masa para formar un círculo de 2cm de espesor, recortar círculos con un cortador para pasta ligeramente enharinado. Los sobrantes de la pasta pueden juntarse y volver a extenderse con el rodillo, sin amasar otra vez. Colocar todos los bollos juntos en la charola preparada.

**6** Ramizar con leche o con el ingrediente indicado en la receta y hornear, hasta que hayan subido completamente y la superficie se dore. La mejor forma de saber que están bien cocidos, es abriendo uno de los bollos; si el centro está aún crudo, hornear unos minutos más. Para conservarlos blandos, envolver en un trapo limpio aún calientes. Si prefieres la superficie más crujiente, deja enfriar ligeramente sobre una rejilla de metal.

### NOTA

Se sugiere consumirlos pocas horas después de haberse preparado; también pueden congelarse y mantenerse dentro de una bolsa, hasta por 3 meses.



Con los dedos, frotar la mantequilla con el harina.



Verter casi todos los ingredientes líquidos y mezclar con una espátula.



Incorporar la masa en una bola irregular y vaciar en una superficie enharinada.



Amasar ligeramente con las manos doblandola varias veces sobre si misma.



Con el rodillo, extender los sobrantes de masa, sin volver a amasar.



Ramizar la superficie de los círculos con un poco de leche.





## Aporte de Lupita

### BOLLOS NATURALES

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 12 minutos

Porciones: 12 piezas



2 tazas de harina

1 cucharadita de polvo para hornear

1 pizca de sal (opcional) (ver nota)

30g de mantequilla, en trocitos

½ taza de leche

⅓ de taza de agua

leche adicional, para barnizar

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite. En un tazón, cernir la harina, el polvo para hornear y la sal (en su caso), y agregar la mantequilla; frotar suavemente con los dedos.

**2** Hacer un hueco en el centro y vaciar la mayor parte de la leche y el agua, mezcladas previamente. Revolver con una espátula para obtener una masa suave; de ser necesario, agregar más agua.

**3** Cambiar a una superficie limpia y ligeramente enharinada. Amasar con las manos un poco, hasta obtener una masa

homogénea. Con el rodillo, extender para formar un círculo de 1 ó 2 cm de espesor.

**4** Con un cortador enharinado, recortar círculos de 5 cm de diámetro y colocar en la charola, barnizados con leche. Hornear durante 10 ó 12 minutos, hasta que empiecen a dorarse. Servir con mermelada y crema batida.

### NOTA

Se sugiere utilizar la pizca de sal, aun para los bollos dulces, pues ésta resalta los sabores y desaparece al cocerse.





## BOLLOS CON PASAS

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 12 minutos

Porciones: 12 piezas



- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 pizca de sal
- 30g de mantequilla, en trocitos
- $\frac{1}{3}$  de taza de azúcar refinada
- $\frac{1}{4}$  de taza de pasas
- 1 huevo, ligeramente batido
- $\frac{1}{4}$  de taza de leche
- leche adicional, para barnizar

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o

aceite. En un tazón, cernir el harina, el polvo para hornear y la sal, y agregar la mantequilla; frotar suavemente con los dedos.

**2** Añadir el azúcar y las pasas; mezclar bien. Hacer un hueco en el centro; agregar el huevo y la mayor parte de la leche. Revolver rápidamente con una espátula para obtener una masa suave; de ser necesario, agregar más leche. Cambiar a una superficie ligeramente enharinada y amasar con las manos un poco para eliminar los grumos. Con el rodillo, extender para formar un círculo de 2cm de espesor.

**3** Con un cortador enharinado, recortar círculos de 5cm de diámetro, o cuadrados con un cuchillo enharinado. Colocar en la charola, barnizar con la leche adicional y hornear durante 10 ó 12 minu-

tos, hasta que se doren. Servir con mantequilla.

### NOTA

Las pasas pueden sustituirse por cualquier otro tipo de fruta seca, como dátiles o ciruelas pasa, sin hueso y picadas.



Añadir el azúcar y las pasas; mezclar con una cuchara de madera.





### ROLES DE CANELA

Tiempo de preparación: 25 minutos

Tiempo de cocción: 12 minutos

Porciones: 12 piezas



2 tazas de harina

1 cucharadita de polvo para hornear

1 pizca de sal

90g de mantequilla, en trocitos

$\frac{3}{4}$  de taza de leche

#### Relleno

60g de mantequilla, ablandada

2 cucharadas de azúcar morena

1 cucharadita de canela, molida

#### Glaseado

1 taza de azúcar glass, cernida

1 cucharada de agua caliente

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite. En un tazón, cernir el harina, el polvo para hornear y la sal, y agregar la mantequilla; frotar suavemente con los dedos, para hacer un hueco en el centro y verter la

mayor parte de la leche, mezclando fuertemente con una espátula, para obtener una masa suave; de ser necesario, agregar más leche.

**2** Amasar ligeramente la masa sobre una superficie enharinada para eliminar los grumos. Con el rodillo, extender para formar un rectángulo de aproximadamente 25x10cm y 5mm de espesor.

**3 Relleno:** Con la batidora, batir la mantequilla y la mezcla del azúcar con la canela, hasta obtener una pasta ligera y esponjosa. Untar sobre el rectángulo de

masa y enrollar a lo largo. Con un cuchillo afilado, partir piezas de 3cm de ancho y colocar muy juntas en la charola, con el corte hacia arriba. Hornear durante 12 minutos, hasta que empiecen a dorar. Retirar del horno, dejar enfriar un poco y adornar con el glaseado.

**4 Glaseado:** Mezclar el azúcar y el agua caliente, batir hasta obtener una mezcla homogénea.

#### NOTA

Puede agregarse pasas picadas al relleno.



Con una espátula, untar el relleno sobre la masa.



Colocar los rollitos muy juntos en la charola.





## BOLLOS DE ESPECIAS, NUEZ Y FRUTAS SECAS

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 10 - 12 minutos

Porciones: 12 piezas



- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 pizca de sal
- 30g de mantequilla, en trocitos
- 1 cucharada de azúcar refinada
- ½ taza de frutas secas variadas, picadas
- 2 cucharadas de nuez, finamente picada
- ¼ de cucharadita de especias
- ¼ de cucharadita de jengibre, molido
- ¼ de cucharadita de clavo, molido
- ½ taza de leche
- ¼ de taza de agua

leche adicional, para barnizar  
2 cucharaditas adicionales de azúcar refinada  
¼ cucharadita de canela

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite. En un tazón, cernir el harina, el polvo para hornear y la sal, y agregar la mantequilla; frotar suavemente con los dedos. Agregar el azúcar, las frutas secas, la nuez, las especias, el jengibre y el clavo; revolver bien. Hacer un hueco en el centro.

**2** Verter la mayor parte de la leche y el agua, mezclando ligeramente con una espátula para obtener una masa suave; de ser necesario, agregar más agua.

**3** Cambiar a una superficie ligeramente enharinada y amasar un poco con las manos para eliminar los grumos. Con el rodillo, extender para formar un círculo de 2cm de espesor. Con un cortador enharinado, recortar círculos de 5cm de diámetro, o cuadrados con un cuchillo

enharinado. Colocar en la charola, barnizar con la leche adicional. Espolvorear con una mezcla de azúcar y canela, y hornear durante 10 ó 12 minutos, hasta que se doren. Servir calientes o fríos con mantequilla.

### NOTA

La cubierta de azúcar y canela es opcional.



Espolvorear los bollos con azúcar y canela.





## BOLLOS DE MIEL, DÁTILES Y JENGIBRE

Tiempo de preparación: 25 minutos

Tiempo de cocción: 15 minutos

Porciones: 12 piezas



- ½ taza de dátiles frescos
- ¼ de taza de jengibre glaseado
- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- ½ cucharadita de jengibre, molido
- 1 pizca de sal
- 1 cucharada de miel
- ½ taza de leche
- ¼ de taza de crema

### Glaseado de miel

- 1 cucharada de leche
- 1 cucharadita de miel

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una cacerola con mantequilla o aceite. Pesar los dátiles y el jengibre glaseado. Cernir el harina, el polvo para hornear, el jengibre molido y la sal, agregar los trocitos de dátiles y jengibre glaseado; revolver bien.

**2** En una cazuela pequeña, calentar a fuego lento la miel, la leche y la crema, sin dejar de mover. Añadir a la mezcla de harina y mezclar ligeramente con una espátula para obtener una masa suave; si es necesario, agregar más leche. (La masa debe dejar de ser pegajosa, pero tiene que conservar la humedad).

**3** Amasar ligeramente con las manos para obtener una consistencia homogénea; con el rodillo, extender para formar un círculo de 2cm de espesor. Con un cortador enharinado, recortar círculos de 5cm de diámetro, o cuadrados con un cuchillo enharinado. Colocar en la charola y hornear con el glaseado de miel. Hor-

near durante 10 o 12 minutos, hasta que se doren.

**4** Glaseado de miel: En una cazuela, calentar la leche y la miel a fuego lento, sin dejar de mover, hasta que se mezclen bien.

### NOTA

Se aconseja enharinar la superficie de trabajo y las manos.



Pelear los dátiles y el jengibre glaseado al tamaño deseado.





## TARTAS DE FRESA

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 12 minutos

Porciones: 12 piezas



30g de mantequilla  
2 cucharadas de azúcar refinada  
1 huevo  
1 ½ tazas de harina  
1 cucharadita de polvo para hornear  
1 pizca de sal  
½ taza de leche  
1 cucharada de leche, adicional  
1 cucharada de azúcar refinada, adicional  
fresas, en mitades  
crema batida, para servir

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite.

Con la batidora, batir la mantequilla y el azúcar hasta lograr una consistencia ligera y cremosa. Agregar el huevo y batir una vez.

**2** En un tazón, combinar la harina, el polvo para hornear y la sal. Hacer un hueco en el centro y añadir la mezcla líquida. Mezclar la mezcla de harina y la líquida con una espátula para obtener una masa suave. Si es necesario, agregar más leche. Combinar la masa con la mantequilla y el azúcar batida. Añadir la leche adicional y batir para formar una masa suave. Batir la masa con la batidora durante 12 minutos. Batir la masa con la batidora durante 12 minutos.

**3** Rellenar con la leche adicional y batir para formar una masa suave. Batir la masa con la batidora durante 12 minutos. Batir la masa con la batidora durante 12 minutos.

Desmenuzar la fresa, cortar la crema, agregar las masas, servir y servir.

### NOTA

Si la masa de los bollos se amasa en el vaso, estos quedarán duros una vez cocidos.



Desmenuzar la fresa, cortar la crema, agregar las masas, servir y servir.



## BOLLOS INTEGRALES CON DÁTILES

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 15 minutos

Porciones: 12 piezas



# Aporte de Lupita

1  $\frac{1}{2}$  tazas de harina  
1  $\frac{1}{2}$  tazas de harina integral  
1 cucharadita de polvo para hornear  
 $\frac{1}{4}$  de cucharadita de sal  
60g de mantequilla, en trocitos  
2 cucharadas de azúcar refinada  
1 taza de dátiles, picados  
1  $\frac{1}{4}$  tazas de suero de leche  
 $\frac{1}{2}$  taza de agua  
suero de leche, adicional,  
para barnizar

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite. En un tazón grande, cernir las dos harinas, el polvo para hornear y la sal; añadir al final las cascavillas del harina integral. Agregar la mantequilla y frotar suavemente con los dedos, después incorporar el azúcar y los dátiles.

**2** Hacer un hueco en el centro, verter el suero de leche y la mayor parte del agua. Con una espátula, mezclar para obtener una masa suave; de ser necesario, agregar más agua. (La masa no debe quedar pegajosa, seca ni correosa).

**3** Amasar ligeramente en una superficie enharinada para eliminar los grumos. Con el rodillo, extender para formar un cuadrado de 2cm de espesor; cortar 16 cuadrados pequeños, colocar en la charola con un espacio de 2cm entre cada uno y barnizar con el suero adicional.

**4** Hornear durante 12 o 15 minutos hasta que se doren. Servir calientes con mantequilla.

### NOTA

Estos bollos son de textura más pesada que la receta tradicional por las cascavillas de harina integral que se utilizan en la preparación. De cualquier forma, es necesario cernir las harinas. La mantequilla puede sustituirse por margarina.



Cernir las harinas en un colador de malla fina, y después agregar las cascavillas de harina integral.



Colocar los cuadrados en la charola dejando un espacio entre ellos.





## BOLLOS INTEGRALES DE MANZANA

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 25 minutos

Porciones: 8 piezas



- 1 taza de harina integral
- 1 taza de hanna
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 pizca de sal
- 1 ½ cucharaditas de canela
- ¼ de taza de azúcar morena
- 1 manzana verde, pelada y rallada
- 30g de mantequilla, fundida
- ¾ taza de leche descremada
- leche adicional, para bamizar
- 1 cucharada de azúcar refinada, para espolvorear

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una alfombra con mantequilla derretida. En un tazón grande, unir las tres cucharadas de polvo para hornear, la sal y la cucharadita de canela; añadir a continuación las cucharillas de hanna integral. Agregar el azúcar y la manzana; revolver bien.

**2** Hacer un hueco en el centro de la masa; verter la mantequilla y la mayor parte de la leche. Con una espátula, mezclar rápido para obtener una masa suave; de ser necesario, agregar más leche.

**3** Avanzar con las manos que amasa en una superficie enharinada para alisar los grumos. Formar una pelota de 20cm y colocar en la charola; con un cuchillo, marcar muy bien 8 rebanadas del mismo tamaño. Bamizar con la leche adicional y espolvorear con el azúcar y el resto de la canela. Hornear durante 20 a 25 minutos, hasta que se dore. Una vez frío, partir en 8 porciones; servir con mantequilla.

### NOTA

El tamaño y la frescura de la manzana influyen en la cantidad de leche necesaria para obtener una masa suave. De ser necesario, agregar la leche adicional en cantidades muy pequeñas; no añadir en exceso.



En la masa ruda, marcar muy bien 8 rebanadas.





# Aporte de Lupita

## BOLLITOS DE FRAMBUESA

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 12 minutos

Porciones: 8 piezas



- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 pizca de sal
- 2 cucharadas de azúcar refinada
- ½ taza de leche
- 30g de mantequilla, fundida
- ¼ de taza de agua
- 1 cucharada de mermelada de frambuesa
- 1 cucharada de leche, adicional
- azúcar refinada, adicional

1 Precalentar el horno a 210°C. Untar una bandeja con mantequilla derretida.

2 Como el tiempo es corto para hornear a la vez, se cocinan al vapor y se hornean con horno.

3 Se agregan los ingredientes y se mezclan bien. Se agregan los ingredientes y se mezclan bien. Se agregan los ingredientes y se mezclan bien.

3 Continúa la mezcla. Se agregan los ingredientes y se mezclan bien. Se agregan los ingredientes y se mezclan bien. Se agregan los ingredientes y se mezclan bien.

4 Hornear con vapor y espolvorear con azúcar refinada. Hornear durante 10 a 12 minutos. Servir con la leche.

### NOTA

En esta receta puede utilizarse mermelada de frambuesa o de cualquier sabor.



5 Se agregan los ingredientes y se mezclan bien. Se agregan los ingredientes y se mezclan bien. Se agregan los ingredientes y se mezclan bien.





## BOLLOS DE CALABAZA

Tiempo de preparación: 35 minutos

Tiempo de cocción: 12 minutos

Porciones: 12 piezas



30g de mantequilla, en trocitos  
2 cucharadas de azúcar refinada  
½ taza calabaza cocida y hecha puré  
1 huevo, ligeramente batido  
½ taza de leche  
2 ½ tazas de harina  
1 cucharadita de polvo para hornear  
1 pizca de sal  
leche adicional, para barnizar

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite.

Con la batidora, batir la mantequilla y el azúcar hasta obtener una mezcla ligera y cremosa; agregar la calabaza, el huevo y la leche; mezclar bien.

**2** En un tazón grande, cernir el harina, el polvo para hornear y la sal; hacer un hueco en el centro para añadir la mezcla de calabaza. Revolver con una espátula para obtener una masa suave; de ser necesario, añadir más leche.

**3** Cambiar a una superficie limpia y enharinada. Amasar ligeramente con las manos para eliminar los grumos. Con el rodillo, extender para formar un círculo de 2cm de espesor.

**4** Con un cortador enharinado, cortar círculos de 5cm y colocar uno junto a otro en la charola; barnizar con un poco de leche. Hornear durante 10 ó 12 minu-

tos, hasta que se doren muy bien. Servir calientes con mantequilla.

### NOTA

Para obtener ½ taza de puré de calabaza se necesitan 250g de calabaza cruda.



Añadir la calabaza, el huevo y la leche; revolver con una cuchara de madera.



## BOLLOS DE CREMA AGRIA Y PASAS

Tiempo de preparación: 10 minutos  
Tiempo de cocción: 10-15 minutos  
Porciones: 12 piezas



- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 pizca de sal
- 90g de mantequilla, en trocitos
- $\frac{1}{4}$  de taza de pasas
- 2 cucharadas de azúcar refinada
- $\frac{1}{2}$  taza de crema agria
- 1 huevo, ligeramente batido

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite. En un tazón grande, cernir el harina, el polvo para hornear y la sal; agregar la mantequilla y frotar con los dedos; añadir las pasas y el azúcar; revolver. Hacer un

hueco en el centro de la mezcla; incorporar la mayor parte de la crema agria y el huevo, previamente combinados. Con una espátula, mezclar rápido para obtener una masa suave; de ser necesario, agregar leche. (La masa no debe quedar pegajosa, seca ni comensal). Amasar con las manos ligeramente en una superficie enharinada para eliminar los grumos. Con el rodillo, extender para formar un círculo de 2cm de espesor.

**2** Con un cortador enheñado, recortar círculos de 5cm de diámetro, colocar muy juntos en la charola. Hornear durante 10 ó 15 minutos, hasta que se doren. Servir calientes con mantequilla.

### NOTA

Para preparar unos bollos deliciosos, agregar 60g de chocolate rallado con azúcar. También puede incorporarse a la masa  $\frac{1}{2}$  taza de ciruelas pasa en trozos, orejones en cubos o almendras molidas.

## BOLLOS DE CREMA

Tiempo de preparación: 15 minutos  
Tiempo de cocción: 12 minutos  
Porciones: 8 piezas



- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 pizca de sal
- 2 cucharadas de azúcar refinada
- 30g de mantequilla, en trocitos
- $\frac{3}{4}$  de taza de crema
- $\frac{1}{4}$  de taza de agua

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite. En un tazón grande, cernir el harina, el polvo para hornear y la sal; añadir las pasas y el azúcar; revolver. Agregar la mantequilla y frotar con los dedos.

**2** Hacer un hueco en el centro de la mezcla, incorporar la mayor parte de la crema

# Aporte de Capita





## BOLLOS DE SUERO DE LECHE

Tiempo de preparación: 15 minutos  
Tiempo de cocción: 10-12 minutos  
Porciones: 12 piezas



2 tazas de harina  
1 pizca de sal  
30g de mantequilla  
1 taza de suero de leche  
mermelada y crema batida, para servir  
1 cucharadita de polvo para hornear

1 Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite. En un tazón grande, cernir el harina, el polvo para hornear y la sal; añadir la mantequilla en trocitos y frotar con los dedos. Incorporar la mayor parte del suero de leche. Con una espátula, mezclar para obtener una masa suave; de ser

necesario, agregar más suero de leche. La masa no debe quedar pegajosa, seca ni con exceso.

2 Amasar ligeramente en una superficie enharinada para eliminar los grumos, pero la masa debe quedar un poco pegajosa. Con las manos, formar un círculo de 1cm de espesor. Con un cortador acanalado o liso y enharinado, recortar círculos de 5cm de diámetro, colocar muy juntos en la charola. Hornear durante 10 o 12 minutos, hasta que se doren. Servir calientes con mermelada de fresa o chabacano y crema batida.

### NOTA

El suero de leche (jocoquel) es de sabor ligeramente ácido; sus ácidos reaccionan con el harina y hacen que la masa se esponje, por lo tanto, es ideal para hornear.

*De izquierda a derecha: Bollos de crema agria y pasas; Bollos de crema; Bollos de suero de leche.*

el agua, previamente combinadas. Con una espátula, mezclar rápido para obtener una masa suave; de ser necesario, agregar más agua. Reservar una cucharadita de la mezcla de crema y agua para hornear.

3 Amasar ligeramente en una superficie enharinada para eliminar los grumos, pero la masa debe quedar un poco pegajosa. Con las manos, formar un círculo de 2cm de espesor. Con un cortador enharinado, recortar 8 círculos de 5cm de diámetro, colocar en la charola y hornear con la mezcla de crema.

4 Hornear durante 10 o 12 minutos hasta que se doren. Pasar a una rejilla metálica y cubrir con una toalla limpia para conservar la suavidad de los bollos. Servir calientes.

### NOTA

Se sugiere consumir los bollos de crema el día de su elaboración.







# **MINIBOLLOS DE CEBOLLA Y QUESO PARMESANO**

Tiempo de preparación: 25 minutos  
Tiempo de cocción: 8-10 minutos  
Porciones: 24 piezas



30g de mantequilla, en trocitos  
1 cebolla pequeña, finamente picada  
2 tazas de harina, cernida  
1 cucharadita de polvo para hornear,  
cernido  
1 pizca de sal  
½ taza de queso parmesano, rallado  
½ taza de leche  
½ taza de agua  
pimienta de cayena molida,  
para espolvorear, opcional

**1** Precalentar el horno a 210°C. Untar una charola con mantequilla o aceite. En una cazuela pequeña, fundir la mantequilla, agregar la cebolla y sofreír a fuego lento durante 2 o 3 minutos, hasta que esté blanda. Dejar enfriar ligeramente.

**2** En un recipiente, mezclar el harina, el polvo para hornear, la sal y el parmesano. Hacer un hueco en el centro, agregar la cebolla y la mayor parte del agua y la leche previamente mezclada. Con una espátula, amasar ligeramente hasta obtener una masa suave; de ser necesario, agregar más leche.

**3** Cambiar a una superficie limpia y enharinada. Amasar ligeramente con las manos para eliminar los grumos. Con el rodillo, extender para formar un círculo de 2cm de espesor. Con un cortador enharinado, cortar círculos de 3cm y colocar en la charola; espolvorear la cayena, si

se desea. Hornear durante 10 o 12 minutos, hasta que se doren.

## **NOTA**

La superficie de trabajo no debe tener mucha harina, pues la masa quedará seca y dura. Se utiliza harina también en las manos.



Sofreír la cebolla a fuego lento hasta que se ablande. Dejar enfriar antes de usar.





## BOLLOS DE HIERBAS

Tiempo de preparación: 25 minutos

Tiempo de cocción: 12 minutos

Porciones: 12 piezas



2 tazas de harina

1 cucharadita de polvo para hornear

½ cucharadita de sal

30g de mantequilla

1 cucharada de tomillo fresco, picado

1 cucharada de perejil fresco, picado

1 cucharada de mejorana fresca, picada

½ taza de leche

¼ de taza de agua

leche adicional, para barnizar

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite.

En un tazón grande, reunir el harina, el polvo para hornear y la sal, añadir la mantequilla y trilar con los dedos. Agregar las hierbas y mezclar los ingredientes. Hacer un hueco en el centro de la mezcla.

**2** Verter la mayor parte de la leche y el agua, previamente mezclados, revolver ligeramente con una espátula para obtener una masa suave; de ser necesario, agregar más leche. Sobre una superficie limpia y enharinada, amasar suavemente con las manos para eliminar los grumos. Con el rodillo, extender para formar un círculo de 2cm de espesor.

**3** Con un cortador enheñado de 5cm, cortar círculos y colocar en la charola, barnizar con la leche adicional. Hornear durante 10 a 12 minutos, hasta que se doren. Servir con mantequilla.

## NOTA

El sabor de estos bollos mejora si se utilizan hierbas frescas, pero si se usan hierbas deshidratadas, debe emplearse sólo la tercera parte de la cantidad indicada en la receta.



Añadir las hierbas picadas después de haber frotado el harina con la mantequilla.



## BOLLOS DE PAPA Y ACEITUNAS

Tiempo de preparación: 30 minutos

Tiempo de cocción: 10-15 minutos

Porciones: 15 piezas



250g de papas, peladas y picadas

½ taza de leche

pimienta, al gusto

2 tazas de harina

1 cucharadita de polvo para hornear

30g de mantequilla

¼ de taza de aceitunas negras, sin hueso  
y picadas

3-4 cucharaditas de romero, picado

½ taza de agua

leche adicional, para barnizar

**1** Prender el horno a 210°C. Engrase una sartén con mantequilla o aceite. Cocer las papas en agua, a presión, hasta que estén suaves. Machacar con leche y sazonar con pimienta.

**2** En un tazón grande, verter el romero y el polvo para hornear, agregar la mantequilla y mezclar con los dedos. Añadir las aceitunas y el tomate, revolver. Hacer un hueco en el centro, incorporar el agua y la mayor parte del agua. Mezclar con una cuchara. Para terminar, agregar

el resto de la leche para lograr una masa.

**3** En una superficie enharinada, amasar ligeramente con las manos para eliminar los grumos. Cortar bollos, extendidos para formar un círculo de 2cm de espesor. Con un vertido enharinado, cortar pedruzcos de 2cm de diámetro y colocar en la sartén, rociarlos con la leche adicional y hornear durante 10 ó 15 minutos, hasta que estén dorados. Servir los bollos o bien con queso rallado.

### NOTA

No es necesario agregar más sal a la masa pues es suficiente con la de las aceitunas.





## BOLLOS DE QUESO Y CEBOLLÍN

Tiempo de preparación: 30 minutos

Tiempo de cocción: 12 minutos

Porciones: 9 piezas



2 tazas de harina

1 cucharadita de polvo para hornear

1 pizca de sal

30g de mantequilla

$\frac{1}{2}$  taza de queso cheddar, rallado

$\frac{1}{4}$  de taza de queso parmesano, en tiras

2 cucharadas de cebollines

$\frac{1}{2}$  taza de leche

$\frac{1}{2}$  taza de agua

$\frac{1}{4}$  de taza de queso cheddar, rallado, adicional

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite. En un tazón, poner el harina, el polvo para hornear y la sal; agregar la mantequilla y frotar con los dedos, añadir los queso y los cebollines, mezclar. Hacer un hueco en el centro; verter la leche y la mitad parte de agua. Mezclar hasta formar una masa suave, si es necesario, agregar más agua.

**2** En una superficie enharinada, estirar ligeramente con las manos para eliminar los grumos. Con el rodillo, extender para formar un círculo de 2 cm de espesor. Con un cortador enharinado, cortar piezas de 5cm de diámetro; colocar en la charola y espolvorear con el queso adicional. Hornear durante 12 minutos, o hasta que el queso se dora.

### NOTA

Si se desean bollos crujientes, se dejan enfriar los pasteles sobre una parrilla metálica. Si se quieren moles, añadir los moles se empiezan en una olla amplia y se se desmenuzan.

Aporte de Lupita





**CORONA DE QUESO**

Tiempo de preparación: 30 minutos

Tiempo de cocción: 40 minutos

Porción: 12 porciones

**Aporte de Lupita**

- 1 cucharada de aceite de oliva
- 3 tiras de tocino, finamente picadas
- 1 cebolla morada pequeña, finamente picada
- ½ pimienta roja, finamente picado
- 4 pepinillos pequeños, finamente picados
- ½ taza de queso cheddar, rallado
- ¼ de taza de queso parmesano, rallado
- ¼ de taza de perejil, finamente picado
- ½ cucharadita de albahaca seca

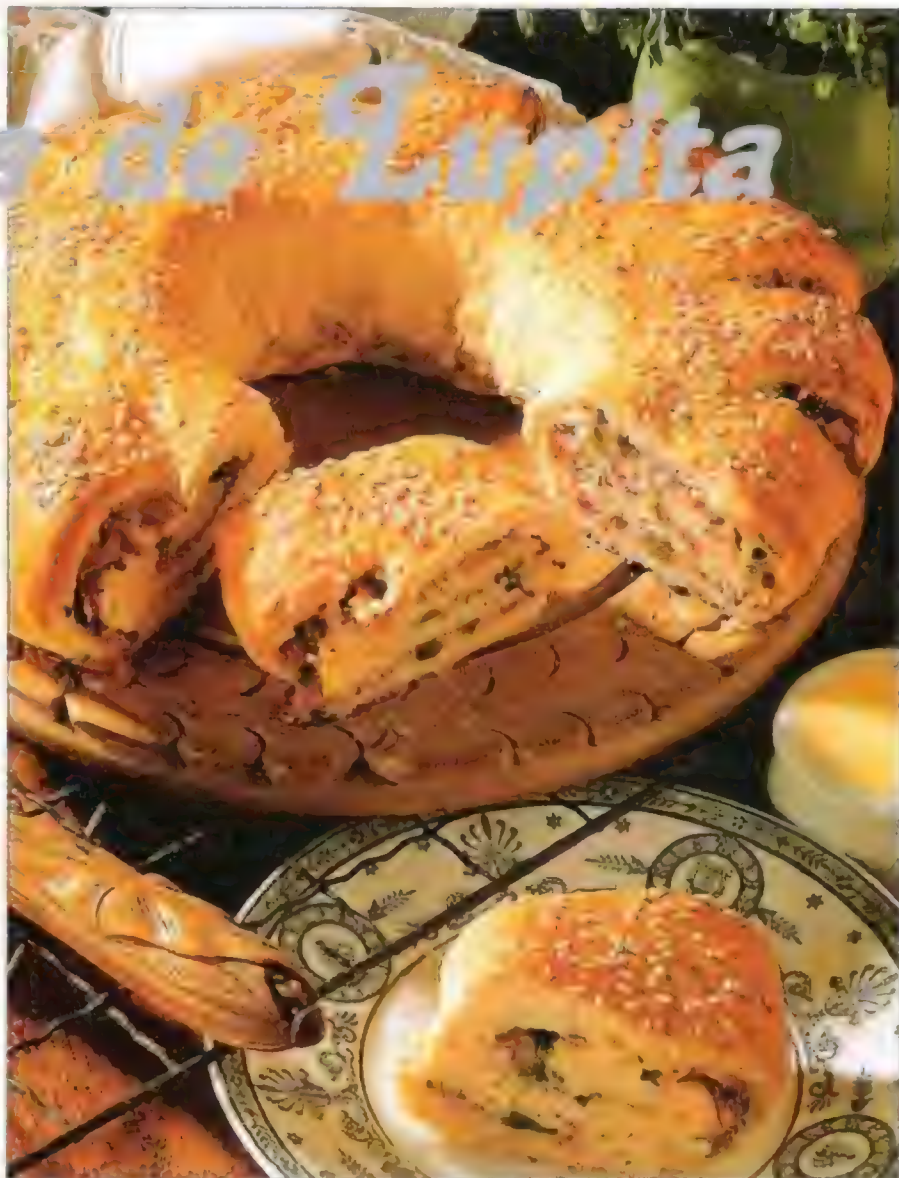
**Masa**

- 2 ½ tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 30g de mantequilla, en trocitos
- ½ de taza de queso cheddar, rallado
- 1 huevo, ligeramente batido
- ¾ de taza de leche
- semillas de ajonjolí, para espolvorear

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar una charola con mantequilla o aceite. En una cazuela pequeña, calentar el aceite, agregar el tocino, la cebolla y el pimiento; sofreír durante 5 minutos, o hasta que la cebolla se suavice. Escumar en servilletas de papel y dejar enfriar; en un tazón, mezclar con los pepinillos, los quesos, el perejil y la albahaca.

**2 Masa:** En un recipiente grande, combinar la harina y el polvo para hornear; agregar la mantequilla y trozar con los dedos; añadir el queso y mezclar bien. Hacer un hueco en el centro, incorporar y batir la mayor parte de la leche; revolver rápidamente con una espátula hasta conseguir una masa suave; si es necesario, agregar más leche.

**3** Cambiar la masa a una superficie enharinada y amasar ligeramente con las manos; con el rodillo, extender para formar un rectángulo de 30x40cm. Cubrir la superficie con la mezcla de tocino y enrollar a lo largo; colocar en la charola con las uniones hacia abajo para formar la corona. Barnizar las onchas con leche y presionarlas para unir las. Con las tijeras, cortar los bordes externos de la corona a intervalos de 5cm. Aplastar suavemente la superficie de la corona, barnizar con leche y espolvorear con ajonjolí. Hornear durante 30 a 35 minutos, hasta que se dore bien.

**NOTA**

Se sugiere consumir la corona el mismo día de su preparación; aunque puede guardarse en un recipiente hermético y recalentarse en el horno a 180°C, envuelto en papel aluminio durante 15 o 20 minutos, antes de servir.

10. Si se desea una corona vegetal, usar calabazas zucchini picadas.

Si se desea una corona vegetal, usar calabazas zucchini picadas.



Mezclar suavemente la masa con una espátula.



Cortar cada 5 cm la masa con unas tijeras.





## ROLES DE QUESO Y HIERBAS

Tiempo de preparación: 35 minutos  
Tiempo de cocción: 30 minutos  
Porciones: 10 piezas



- 3 tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 45g de mantequilla, en trocitos
- $\frac{1}{2}$  de taza de leche
- $\frac{1}{2}$  de taza de agua
- 1 taza de queso cheddar, rallado
- $\frac{1}{2}$  taza de queso parmesano, rallado
- $\frac{1}{2}$  taza de perejil picado
- 1 cucharada de estragón fresco, picado
- 1 cucharada de orégano, picado
- 1 cucharada de romero, picado
- 15g de mantequilla adicional, ablandada

- 1 clara de huevo, batida
- 2 cucharaditas de agua

- 1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde redondo de 23cm de diámetro; tomar la base y los lados con papel encerado. En un tazón, cubrir el harina y el polvo para hornear; agitar la mantequilla y frotar con los dedos.
- 2** Hacer un hueco en el centro de la mezcla y verter la mayor parte de la leche y el agua. Mezclar ligeramente con una espátula; para obtener una masa suave; de ser necesario, agregar más agua. Amasar con las manos ligeramente sobre una superficie enharinada para eliminar los grumos. Con el rodillo, extender para formar un rectángulo de 40x30cm.
- 3** En un tazón, mezclar los quesos y las hierbas. Soltar la masa, espesar la masa

Lupita, elaborada y presentada con la receta de queso.

- 4** Cortar la masa en diez porciones iguales y enrollar en el molde, con el centro hacia arriba. Mezclar la clara de huevo con el agua y barnizar los rollos. Hornear durante 25 ó 30 minutos, hasta que se doren. Servir calientes.



Cubrir con la clara de huevo batida y el agua. Soltar la masa, espesar la masa





*Aporte de Lupita*



# MUFFINS

## CÓMO PREPARAR UNOS MUFFINS PERFECTOS

Los muffins poseen muchas ventajas: son rápidos de preparar y cocer y se disfrutan en el desayuno, la comida, la merienda o como tentempié, además de que tienen un delicioso sabor.

Después de leer la receta y reunir todos los ingredientes, calienta el horno y prepara los moldes (ver nota).

**1** Cernir los ingredientes sólidos en un recipiente grande; esto proporciona aire a la harina y da como resultado muffins de consistencia más ligera, además garantiza que los ingredientes sólidos se mezclen de manera uniforme.

**2** Colocar los ingredientes líquidos en una jarra y batir ligeramente con tenedor o batidor manual. Hacer un hueco en el centro de los ingredientes sólidos para verter los líquidos.

**3** Revolver suavemente los ingredientes con cuchara de madera o de metal, un tenedor o una espátula de plástico, hasta incorporar. Por lo general, bastan 12 o 15

vuelgas; a la mezcla le quedarán algunos grumos, pero así está bien. Si batimos en exceso, al cocerse los muffins quedarán duros, pues si se eliminan los grumos, se formarán picos y agujeros en la masa cocida.

**4** Después, repartir equitativamente la mezcla en los moldes, utilizando una cuchara de metal y una cucharita. Se recomienda usar el molde del tamaño indicado en la receta, pues si se utilizan otras medidas, varía el tiempo de cocción. Los muffins pequeños se cuecen más rápido, por ejemplo.

**5** El grado de cocción de los muffins se verifica picándolos en el centro con un palillo o un tenedor, como si fuera un pastel; si salen limpios, el muffin está listo. Otra forma de comprobar es presionando suavemente el muffin con las yemas de los dedos, si la masa se siente firme y recupera su aspecto original al soltar la presión, está listo.

**6** Se sugiere dejar los muffins cocidos dentro del molde un par de minutos más, pues recién hornados son muy frágiles.

Utilizar un cuchillo para separarlos y retirar cuidadosamente, para dejarlos enfriar sobre una rejilla metálica. Claro que también pueden consumirse calientes. No deben dejarse mucho tiempo en el molde porque las bases se empapanan con el vapor acumulado.

Una vez fríos, pueden guardarse en bolsas de plástico herméticas y congelarse hasta por tres meses. Para volver a servir, se descongelan y recalientan en el horno a 180°C.

**Nota:** Las charolas sugeridas para su preparación son antiadherentes, tipo americano, y se encuentran fácilmente en las tiendas de autoservicio y departamentales. Son tres tamaños: grandes, pequeños y normales; si en la receta no se indica el tamaño, usa los de tamaño normal, para 6 o 12 piezas.

En caso de utilizar moldes que no sean antiadherentes, la base debe engrasarse con mantequilla derretida o aceite, sobre todo si van a prepararse muffins dulces, pues el azúcar los hace más pegajosos.



Cernir los ingredientes sólidos permite hacer muffins más ligeros.



Hacer un hueco en la mezcla y agregar los ingredientes líquidos de una sola vez.



Revolver la mezcla con cuchara de madera, sin eliminar los grumos.



Rellenar uniformemente los moldes con la ayuda de dos cucharas.



Los muffins están listos cuando la parte superior está dorada y esponjosa.



Retirar del horno y desmoldar los muffins con una espátula de metal.





## MUFFINS NATURALES

Tiempo de preparación: 15 minutos  
Tiempo de cocción: 25 minutos  
Porciones: 12 piezas



2  $\frac{1}{2}$  tazas de harina  
1  $\frac{1}{2}$  cucharaditas de polvo para hornear  
 $\frac{1}{4}$  de taza de azúcar refinada  
2 huevos, ligeramente batidos  
1  $\frac{1}{2}$  tazas de leche  
160g de mantequilla, fundida

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde para 12 muffins.

**2** En un tazón, cernir el harina, el azúcar y el polvo para hornear; hacer un hueco en el centro y agregar el huevo y la leche previamente mezclados y la mantequilla fundida.

**3** Revolver con un tenedor o una espátula de plástico sólo para humedecer la mezcla; se recomienda no mezclarla demasiado, ya que debe conservar muchos grumos.

**4** Distribuir la masa en los moldes de manera equitativa y hornear durante 20

o 25 minutos, hasta que se doren bien. Con ayuda de una espátula, desmoldar los muffins y pasar a una rejilla metálica.

### NOTA

Para la cubierta se sugiere batir con la batidora  $\frac{1}{4}$  de taza de crema con 1 cucharada de azúcar glass a punto de nieve. Resaltar un círculo de 2cm de profundidad en el centro de cada muffin y partir a la mitad en forma de "alas". Rellenar los huecos con  $\frac{1}{2}$  cucharadita de mermelada de fresa de buena calidad, cubrir con la crema batida y decorar con las "alas".





## MUFFINS DE PLÁTANO

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocción: 15 minutos

Porciones: 12 piezas



- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 taza de salvado de avena
- $\frac{1}{2}$  de azúcar refinada
- 60g de mantequilla, fundida
- $\frac{1}{2}$  de taza de leche
- 2 huevos, ligeramente batidos
- 1 taza de plátano maduro, machacado (2 plátanos medianos)

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde

para 12 muffins. En un tazón grande, reunir el harina y el polvo para hornear, agregar el salvado de avena y el azúcar, hacer un hueco en el centro.

**2** Añadir la mantequilla, la leche, los huevos y el plátano de una sola vez e incorporar con una cuchara de metal o de madera, sin mezclar en exceso, pues no deben deshacerse los grumos.

**3** Repartir la mezcla en los moldes y hornear durante 15 minutos, o hasta que se doren y esponjen. Colocar en una rejilla de metal para enfriar.

### NOTA

Para la cubierta, se sugiere batir con la batidora eléctrica 100g de queso crema,

2 cucharadas de azúcar glass y 2 cucharaditas de jugo de limón. Untar con esta crema la superficie de los muffins y decorar con rodajas de plátano.



Hacer un hueco en el centro de la mezcla de harina y agregar los ingredientes líquidos.





## MUFFINS CON CHOCOLATE DOBLE

Tiempo de preparación: 15 minutos  
 Tiempo de cocción: 12-15 minutos  
 Porciones: 6 piezas grandes



2 tazas de harina  
 1 cucharadita de polvo para hornear  
 $\frac{1}{4}$  de taza de cocoa, en polvo  
 2 cucharadas de azúcar  
 1 taza de chispas de chocolate  
 1 huevo, ligeramente batido  
 $\frac{1}{2}$  taza de crema agria  
 $\frac{1}{2}$  de taza de leche  
 90g de mantequilla, fundida

**1** Precalentar el horno a 180°C. Untar la bandeja con mantequilla o aceite en moldes.

partir en tres grandes. En un tazón, incorporar el polvo para hornear y la cocoa, agregar al azúcar las chispas de chocolate y chocolate líquido. Hacer un hueco en el centro de la mezcla.

**2** Añadir el huevo, la crema y la mantequilla mezclados previamente; revolver con un tenedor, sin mezclar demasiado para conservar los grumos.

**3** Repartir la mezcla en los moldes y hornear durante 12 o 15 minutos, hasta que los muffins estén firmes. Desmoldar con ayuda de una espátula y dejar enfriar sobre una rejilla de metal.

### NOTA

Para la cubierta, se sugiere fundir en una cacerola a fuego lento, 50g de chocolate con 1 cucharadita de crema y 10g de mantequilla.

taquilla. Hasta que la mezcla esté homogénea. Refrigerar hasta que adquiera una consistencia cremosa, servir en una diana y decorar. La superficie de cada muffin se puede polvorear con azúcar glass, si se desea.



Los muffins pueden decorarse con una mezcla de queso y chocolate.





### MUFFINS DE MORAS AZULES

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 20 minutos

Porciones: 6 piezas grandes



- 3 tazas de harina
- 1 cucharada de polvo para hornear
- $\frac{1}{2}$  de taza de azúcar morena
- 125g de mantequilla, fundida
- 2 huevos, ligeramente batidos
- 1 taza de leche
- 1 taza de moras azules (blueberry)
- azúcar glass, para espolvorear

1 Precalentar el horno a 210°C. Untar con mantequilla o aceite un molde

para 6 muffins grandes. En un bowl grande, medir el harina y el polvo para hornear, añadir el azúcar. Hacer un hueco en el centro.

2 Agregar la mantequilla fundida, los huevos y la leche, previamente mezclados; revolver ligeramente, no mucho, no exceso para conservar los grumos.

3 Incorporar las moras. Con una cuchara, vaciar la masa en el molde. Hornear durante 20 minutos, hasta que se doren por encima. Con ayuda de una espátula desmoldar y pasar a una rejilla metálica para que se enfríen. Espolvorear con azúcar glass.

#### NOTA

Si no hay tiempo, las moras pueden usarse congeladas. Descongelar y escurrir.

antes de usar. Pueden utilizarse bayas, como las frambuesas, o una combinación de ambas.



Con una cuchara de pastel, vaciar la masa.



## MUFFINS DE NARANJA Y SEMILLAS DE AMAPOLA

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 12 minutos

Porciones: 12 piezas



1  $\frac{3}{4}$  tazas de harina  
1 cucharada de azúcar refinada  
1 cucharadita de polvo para hornear  
 $\frac{1}{2}$  de cucharadita de bicarbonato de sodio  
1 cucharada de semillas de amapola  
90g de mantequilla  
 $\frac{1}{2}$  taza de mermelada de naranja  
1 huevo, ligeramente batido  
 $\frac{1}{2}$  de taza de leche  
azúcar glass, para espolvorear

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde para 12 muffins. En un tazón, medir el harina, el polvo para hornear, el azúcar y el bicarbonato; añadir las semillas de amapola y revolver. Hacer un hueco en el centro.

**2** En una cazuela pequeña, mezclar la mantequilla con la mermelada, calentar a fuego lento hasta que ésta se haga líquida y se derrita la mantequilla. Agregar al harina esta mezcla de mantequilla con los huevos y la leche, previamente mezclados; revolver ligeramente, no batir en exceso para conservar los grumos.

**3** Con una cuchara, vaciar la masa en el molde. Hornear durante 10 ó 12 minutos, hasta que se doren. Con ayuda de una espátula, desmoldar y pasar a una rejilla metálica para que se enfrién. Espolvorear con azúcar glass.

### NOTA

Para el relleno, se sugiere batir 60g de mantequilla suave, 2 cucharadas de azúcar glass y 1 cucharadita de ralladura de naranja, para obtener una pasta ligera y cremosa. Cortar una pequeña porción de la parte superior de los muffins y rellenar con esta mezcla; volver a colocar el pedazo de pan encima.



Hacer un pequeño hueco en la parte superior de los muffins para rellenar.







## MUFFINS DE CALABAZA Y CIRUELAS

Tiempo de preparación: 15 minutos  
Tiempo de cocción: 20 minutos  
Porciones: 12 piezas



- 1 ½ tazas de harina integral
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 cucharadita de mezcla de especias
- ¾ de taza de hojuelas de avena
- ¾ de taza de azúcar morena
- 1 taza de calabaza cocida, hecha puré

¾ de taza de ciruelas, picadas y sin hueso

1 huevo, ligeramente batido  
125g de mantequilla, fundida

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde para 12 muffins.

**2** En un tazón grande, cernir el harina, el polvo para hornear y la mezcla de especias, agregar las hojuelas de avena y el azúcar; revolver y hacer un hueco en el centro.

**3** Añadir el puré de calabaza, las ciruelas, el huevo y la mantequilla; mezclar con

una espátula los ingredientes, sin batir en exceso para conservar los grumos.

**4** Distribuir la masa en el molde y hornear durante 10 minutos, hasta que se doren bien. Con ayuda de una espátula, desmoldar y dejar enfriar en una rejilla metálica.

### NOTA

Para obtener la textura característica de los muffins, es necesario que el harina no quede completamente incorporada. Por eso es importante no mezclar demasiado, pues pueden quedar duros o no esponjarse durante la cocción.



## MUFFINS DE CHOCOLATE CON PASAS

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción: 20-25 minutos

Porciones: 12 piezas



2 tazas de harina  
1 cucharadita de polvo para hornear  
 $\frac{1}{4}$  de taza de azúcar morena  
 $\frac{1}{2}$  taza de pasas  
 $\frac{1}{4}$  de taza de chispas de chocolate  
 $\frac{1}{2}$  taza de crema agria  
2 huevos, ligeramente batidos  
90g de mantequilla, fundida  
 $\frac{1}{4}$  de taza de leche

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde para 12 muffins. En un tazón grande, cernir el harina y el polvo para hornear, añadir el azúcar, las pasas y el chocolate, revolver. Hacer un hueco en el centro de la mezcla.

**2** Agregar la leche, la crema agria, la mantequilla y los huevos, previamente mezclados.

**3** Revolver ligeramente, no mezclar en exceso para conservar los grumos. Con una cuchara, vaciar la masa en el molde. Hornear durante 20 ó 25 minutos, hasta que se doren. Con ayuda de una espátula, desmoldar y pasar a una rejilla metáli-

ca para que se enfríen. Espolvorear con azúcar glass cernida si se desea.

### NOTA

Si se desean muffins crujientes, agregar mas chispas de chocolate, o una combinación de trozos de chocolate de leche, oscuro y blanco. El chocolate se derretirá un poco durante la cocción.

Los moldes para muffins se compran en el supermercado. Se sugiere adquirir los antiadherentes, para 6 o 12 panes. Los moldes para minimuffins o para muffins grandes se encuentran en tiendas que se especializan en artículos de cocina.

Aporte de Lupita





## MUFFINS DE CHOCOLATE BLANCO Y MANGO

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción: 20 minutos

Porciones: 12 piezas



2  $\frac{1}{2}$  tazas de harina

1 cucharadita de polvo para hornear

$\frac{1}{2}$  taza de azúcar morena

$\frac{1}{4}$  de taza de chispas de chocolate blanco

1 taza de pulpa de mango fresco, picado (2 mangos medianos), o 1 lata de 440g de mango en trozos.

$\frac{1}{2}$  taza de leche

$\frac{1}{4}$  de taza de crema

90g de mantequilla, fundida

1 huevo, ligeramente batido

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde para 12 muffins. En un tazón grande, cernir el harina y el polvo para hornear; añadir el azúcar y el chocolate; revolver. Hacer un hueco en el centro de la mezcla.

**2** Agregar la leche, la crema, la mantequilla y el huevo, previamente mezclados; revolver ligeramente con un tenedor o una espátula de plástico, no mezclar en exceso para conservar los grumos.

Con una cuchara, vaciar la masa al molde.

**3** Hornear durante 20 minutos, hasta que se doren. Con ayuda de una espátula, desmoldar y pasar a una rejilla metálica para que se enfíen.

### NOTA

Estos muffins se sirven calientes, con crema batida. Se convierten en un postre poco común, pero muy rico, si se adornan con virutas de chocolate blanco o si se sirven partidos a la mitad acompañados de manzanas o chabacanos al vapor.

Si se prefiere, puede usarse chocolate oscuro.

Aporte de Lupita







### MUFFINS DE FRAMBUESA Y QUESO CREMA

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocción: 30 minutos

Porciones: 6 piezas grandes



- 1 ½ tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 2 huevos, ligeramente batidos
- ¼ de taza de aceite
- 2 cucharadas de mermelada de frambuesa
- ¼ de taza de yogurt de frambuesa
- ½ taza de azúcar refinada
- 50g de queso crema
- 1 cucharada de mermelada de frambuesa adicional, para rellenar
- azúcar glass cernida, para espolvorear

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde para 6 muffins grandes. En un tazón grande, cernir el harina y el polvo para hornear; hacer un hueco en el centro. Añadir los huevos, el aceite, la mermelada, el yogurt y el azúcar, mezclados previamente; revolver, sin mezclar demasiado para conservar los grumos.

**2** Repartir ¾ partes de la mezcla en los moldes; partir el queso crema en 6 trozos iguales y colocar uno en el centro de cada muffin, poner encima la mermelada y cubrir con el resto de la masa.

**3** Hornear durante 30 minutos, hasta que los muffins estén bien dorados. Con ayuda de una espátula, desmoldar y dejar enfriar sobre una rejilla metálica. Para servir, espolvorear con el azúcar glass.

#### NOTA

Se sugiere consumir estos muffins en cuanto se enfríen. El relleno de queso crema se derretirá conforme el panque se cocina y se convierte en un centro "sorprendente" denso.



Colocar un trozo de queso crema en el centro de cada muffin.





## MUFFINS DE ELOTE

Tiempo de preparación: 15 minutos  
Tiempo de cocción: 10 minutos  
Porciones: 24 piezas pequeñas



- 1  $\frac{1}{2}$  tazas de harina
- 1 taza de maicena
- $\frac{1}{2}$  cucharadita de sal
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- $\frac{1}{4}$  de taza de azúcar
- 2 huevos, ligeramente batidos
- $\frac{1}{4}$  de taza de aceite
- 1 taza de crema de elote
- $\frac{1}{2}$  de taza de queso, rallado
- 1 cucharada de perejil, picado
- $\frac{1}{4}$  de taza de leche

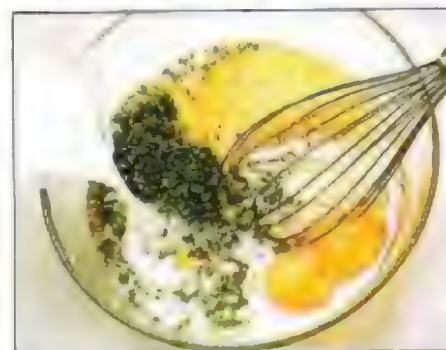
**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite 2 moldes de 12 muffins cada uno. En un tazón grande, como el harina, la maicena, la sal, el polvo para hornear y el azúcar. En un recipiente aparte, mezclar los huevos, el aceite, la crema de elote, el queso, el perejil y la leche.

**2** Hacer un hueco en el centro de la mezcla de harina y agregar la de huevo, incorporando rápida con un tenedor, sin mezclar en exceso para conservar los grumos.

**3** Repartir la mezcla en los moldes y hornear durante 10 minutos, hasta que se doren. Con ayuda de una espátula, desmoldar y dejar enfriar sobre una rejilla metálica.

## NOTA

La maicena también se conoce como polenta, y es el polvo que resulta al moler granos de elote; se utiliza en la preparación de panes de elote y muffins.



Con un batidor manual, mezclar los huevos, el aceite, la crema de elote, el queso, el perejil y la leche.





### MUFFINS INGLESES

Tiempo de preparación: 20 minutos  
+ 1 hora 40 minutos para reposar  
Tiempo de cocción: 15 minutos  
Porciones: 15 piezas



1 bolsita de 7g de levadura  
½ cucharadita de azúcar  
1 cucharadita de harina  
¼ de taza de agua caliente  
1 cucharadita de sal  
4 ¼ tazas de harina, adicionales  
1 ½ tazas de leche tibia



Dejar reposar la mezcla de levadura hasta que comience a hacer espuma.

1 huevo, ligeramente batido  
40g de mantequilla, fundida

**1** Enharinar 2 charolas de 32x28cm. En un tazón pequeño, mezclar la levadura, el azúcar, el harina y el agua; tapar con plástico adherente y dejar reposar en un lugar cálido durante 10 minutos, o hasta que la mezcla comience a hacer espuma. En un tazón grande, cernir el harina adicional y la sal; hacer un hueco en el centro y agregar la leche, el huevo, la mantequilla y la mezcla de levadura, de una sola vez. Con una espátula, revolver para obtener una masa suave.

**2** Cambiar a una superficie ligeramente



Colocar la pelota de masa en un recipiente engrasado y dejar reposar para que aumente de tamaño.

enharinada y amasar con las manos durante 2 minutos para eliminar los grumos. Formar una pelota con la masa y colocar en un recipiente grande y engrasado. Cubrir con plástico adherente y dejar reposar en un lugar cálido durante 1 ½ horas, hasta que crezca.

**3** Precalentar el horno a 210°C. Trabajar la masa 2 minutos más y con el rodillo, extender hasta que tenga 1cm de espesor. Con un cortador de 8cm, cortar círculos y colocar en las charolas. Cubrir con plástico adherente y dejar reposar otros 10 minutos. Hornear durante 15 minutos; dar la vuelta a los 7 u 8 minutos, enfriar en una rejilla metálica.



Recortar los muffins con un cortador de 8cm de diámetro.





## MUFFINS DE ZANAHORIA Y CALABAZA

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 20 minutos

Porciones: 12 piezas



- 2 calabazas zucchini medianas
- 2 zanahorias, peladas
- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 pizca de sal
- 1 cucharadita de canela, molida
- 1/4 cucharadita de nuez moscada
- 1/2 taza de nueces, picadas
- 2 huevos
- 1 taza de leche
- 80g de mantequilla, fundida

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde para 12 muffins. Rallar las calabazas y las zanahorias. En un tazón grande, combinar

la harina, el polvo para hornear, la canela, la nuez moscada y la sal; agregar la mantequilla, la calabaza y las nueces picadas; revolver hasta que los ingredientes queden bien mezclados.

**2** En un recipiente aparte, mezclar los huevos, la leche y la mantequilla fundida; batir con el batidor manual hasta incorporar.

**3** Hacer un hueco en el centro de la mezcla de harina y añadir la de huevo, de una sola vez. Revolver rápido con un tenedor o una espátula de plástico para humedecer los ingredientes, sin mezclar demasiado para conservar los grumos.

**4** Repartir la masa en el molde y hornear durante 15 ó 20 minutos, hasta que se doren. Con ayuda de una espátula, desmoldar y dejar enfriar en una rejilla metálica.

### NOTA

Se sugiere consumir estos muffins el día de su preparación; no obstante, pueden

congelarse hasta tres meses en un recipiente hermético, envueltos individualmente en papel aluminio. Se recalientan en el horno a 180°C durante 10 minutos. No es necesario descongelar antes de recalentar.

Para preparar la masa puede usarse leche descremada o entera.



Rallar las calabazas y las zanahorias para llenar una taza de cada una.





# Aporte de Lupita

## MINIMUFFINS DE CHILE Y QUESO

Tiempo de preparación: 25 minutos  
Tiempo de cocción: 8-10 minutos  
Porciones: 24 piezas pequeñas



1  $\frac{1}{2}$  tazas de harina  
1 cucharadita de polvo para hornear  
1 pizca de sal  
1 cucharada de azúcar refinada  
 $\frac{1}{2}$  taza de maicena  
 $\frac{1}{4}$  de taza de queso cheddar, rallado  
1 cucharada de cilantro fresco, picado  
60g de mantequilla  
1 cebolla pequeña, en cubos  
2 chiles, finamente picados  
125g de queso crema, a temperatura ambiente

1 huevo  
 $\frac{1}{4}$  de taza de leche

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar dos moldes de 12 muffins pequeños cada uno. En un recipiente, unir la harina, el polvo para hornear y la sal; agregar el azúcar, la maicena, el queso y el cilantro, revolver bien.

**2** En una cazuela pequeña, fundir la mantequilla y sofreír el chile y la cebolla hasta que ésta quede transparente. Refinar un poco y añadir a la mezcla de harina. En otro recipiente, batir el queso crema y el huevo; verter la leche y mezclar bien.

**3** Incorporar la mezcla de leche a la de harina de una sola vez, revolver sin mezclar demasiado para conservar los grumos. Repartir la masa en los moldes y hornear durante 8 ó 10 minutos, o hasta que se doren.

## NOTA

Estos muffins se sirven para acompañar sopas y guisados.

También pueden emplearse como bolitas de masa poniendo en el guisado varias cucharadas de la mezcla cruda de muffin en los últimos 10 minutos de cocción.



Añadir la mezcla de leche a la de harina, de una sola vez.





## MUFFINS DE QUESO Y ESPINACA

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocción: 20 minutos

Porciones: 12 piezas



- 1 paquete de 250g de espinacas, descongeladas, picadas
- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- ½ cucharadita de nuez moscada, molida
- 1 taza de queso cheddar, rallado
- 60g de queso feta, desmenuzado
- 1 taza de leche
- 1 cucharada de semillas de ajonjolí

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde para 12 muffins. Escumir las espinacas. En un tazón, combinar la harina y la nuez moscada; agregar los quesos y mezclar bien.

**2** Hacer un hueco en el centro de la mezcla de harina y añadir la leche y el huevo, previamente mezclados; incorporar las espinacas.

**3** Revolver los ingredientes ligeramente, sólo para incorporar y sin excederse para conservar los granos. Repartir la masa en los moldes y espolvorear con las semillas de ajonjolí. Hornear durante 20 minutos, o hasta que se doren; desmoldar y dejar enfriar sobre una rejilla metálica.

### NOTA

Pueden utilizarse espinacas frescas, a las que se les corta los tallos y se lavan muy bien las hojas; picar finamente y cocer al vapor o en horno de microondas; dejar enfriar y escurrir el líquido excedente. Pueden sustituirse con brócoli cocido y finamente picado.



Escurrir el exceso de líquido de las espinacas en un colador.





### MUFFINS DE ELOTE Y JAMÓN

Tiempo de preparación: 10 minutos  
Tiempo de cocción: 25 minutos  
Porciones: 12 piezas



2 tazas de harina  
1 cucharadita de polvo para hornear  
¼ de cucharadita de pimienta cayena  
½ taza de jamón picado  
1 lata de 130g de elotes, escurridos  
½ pimiento rojo, sin semillas, finamente picado  
1 cucharada de perejil picado

125g de mantequilla, fundida  
1 taza de leche  
1 huevo  
2-3 gotas de salsa Tabasco  
1 cucharada de semillas de ajonjolí

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde de 12 muffins. En un tazón grande, cernir la harina, el polvo para hornear y la pimienta. Agregar el jamón, los elotes, el pimiento y el perejil; revolver.

**2** Hacer un hueco en el centro de la mezcla de harina y agregar la mantequilla, la leche, el huevo y la salsa Tabasco, previamente mezclados; incorporar todo con

un trander o una espátula de plástico, sin mezclar en exceso para conservar los grumos.

**3** Repartir la mezcla en el molde; espolvorear con las semillas de ajonjolí. Hornear durante 20 ó 25 minutos, hasta que se doren. Dejar enfriar sobre una rejilla metálica.

#### NOTA

Si se prefiere, el harina blanca puede sustituirse con harina integral. En ese caso, quizás se requiera un poco más de leche porque el harina integral absorbe más líquido.

También si se prefiere, la mantequilla puede reemplazarse con margarina.





## MUFFINS DE ELOTE Y PIMIENTO

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocción: 20 minutos

Porciones: 12 piezas



- 1 taza de harina
- 1 cucharada de polvo para hornear
- $\frac{1}{4}$  de cucharadita de sal
- 1 taza de maicena
- 1 cucharada de azúcar refinada
- 1 huevo
- $\frac{3}{4}$  de taza de leche
- $\frac{1}{4}$  de cucharadita de salsa Tabasco, opcional
- $\frac{1}{4}$  de taza de aceite
- $\frac{1}{2}$  pimiento rojo, finamente picado
- 1 lata de 440g de granos de elote, escurridos
- $\frac{1}{4}$  de taza de perejil, finamente picado

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde para 12 muffins. En un tazón grande, combinar la harina, el polvo para hornear y la sal. Agregar la maicena y el azúcar; revolver hasta incorporar bien. Hacer un hueco en el centro de la mezcla.

**2** En otro tazón, mezclar la leche, el huevo y la salsa Tabasco (en su caso). Agregar esta mezcla al centro con el pimiento, los elotes y el perejil al harina. Revolver rápido con una cuchara de madera o una espátula de plástico, sin mezclar en exceso para conservar los grumos.

**3** Con una cuchara, vaciar la mezcla en el molde; hornear durante 20 minutos hasta que se doren. Sacar del horno; dejar los muffins 5 minutos en el molde y pasar a una rejilla metálica para que se enfríen.

### NOTA

Se sugiere consumir los muffins el día de su elaboración; sin embargo, pueden congelarse hasta 3 meses en un recipiente hermético. Envolver de manera individual en papel aluminio si va a ocuparse uno a la vez. Recalentar en el horno durante 10 minutos.



Revolver ligeramente la mezcla de huevo con el pimiento, los elotes y el perejil.





## Aporte de Lupita



Agregar el jugo de naranja, la mayor parte del agua y la harina y la manteguita previamente mezclados.



Presionar la masa con el dedo, para comprobar su elasticidad, debe regresar en su forma.



Dejar reposar en un lugar cálido durante 45 minutos.



# PARA LA HORA DEL CAFÉ

## PANQUÉ GLASEADO

Tiempo de preparación: 30 minutos

+ 1 hora 10 minutos para reposar

Tiempo de cocción: 25 minutos

Porciones: 1 pieza



- 2 tazas de harina
- 1 bolsita de 7g de levadura
- 2 cucharadas de azúcar refinada
- 2 cucharaditas de ralladura de naranja
- ½ taza de pasas
- ½ de taza de jugo de naranja
- 1 huevo, ligeramente batido
- 30g de mantequilla, fundida
- ½ de taza de agua caliente

### Glaseado:

- 1 taza de azúcar glass
- 15g de mantequilla
- 1 cucharada de agua caliente
- colorante vegetal, rosa
- coco rallado, para espolvorear

**1** Engrasar una charola con mantequilla o aceite. En un tazón grande, cernir el harina; añadir la levadura, el azúcar, la ralladura y las pasas; revolver bien y hacer un hueco en el centro. Verter el jugo de naranja, la mayor parte del agua, el huevo y la mantequilla fundida, previamente mezclados.

**2** Mezclar para obtener una masa suave; de ser necesario, agregar más agua. Cambiar a una superficie ligeramente enhari-

nada y amasar durante 10 minutos, o hasta obtener una masa sin grumos y elástica; para comprobar, presionar la masa y si recupera su forma anterior sin que quede huella, está lista.

**3** Colocar la masa en un recipiente grande ligeramente engrasado, cubrir con plástico adherente y dejar reposar en un lugar cálido durante 45 minutos, o hasta que aumente de tamaño. Vaciar y amasar durante un minuto más.

**4** Hacer una pelota con la masa, con el rodillo extender hasta formar un círculo de 25cm de diámetro; colocar en la charola, cubrir y dejar reposar en un lugar cálido durante 25 minutos para que aumente de nuevo su tamaño.

**5** Precalentar el horno a 180°C. Con el borde de una regla, marcar 8 rebanadas; hornear durante 20 minutos, hasta que esté dorado y bien cocido. Para comprobarlo, golpear el pan con los nudillos; éste debe sonar hueco. Desmoldar sobre una rejilla de metálica y cuando enfíe, cubrir con el glaseado y espolvorear con coco rallado.

**6 Glaseado:** En un recipiente resistente al calor, cernir el azúcar glass; en una cazuela pequeña, calentar a fuego lento la mantequilla y el agua hasta que aquella se funda, y agregar al azúcar glass. Mezclar hasta obtener una pasta homogénea; calentar a baño maría, revolviendo hasta que esté brillante; retirar del fuego. Si se desea, teñir con el colorante vegetal.



Con el rodillo, extender la masa y formar un círculo; dejar reposar otra vez para que aumente de tamaño.



Justo antes de hornear, marcar 8 rebanadas con el borde de una regla.



Calentar el glaseado a baño maría hasta que quede brillante.



# **BOLLITOS DE CREMA**

Tiempo de preparación: 30 minutos  
+ 1 hora 15 minutos para reposar  
Tiempo de cocción: 20 minutos  
Porciones: 12 piezas



- 3 ½ tazas de harina
- 1 ½ cucharaditas de polvo para hornear
- 2 cucharadas de azúcar
- 1 pizca de sal
- 1 ½ tazas de leche, tibia
- 60g de mantequilla, fundida
- 1 bolsita de 7g de levadura
- ½ taza de mermelada de frambuesa
- 1 ¼ tazas de crema
- 3 cucharadas de azúcar glass

**1** Forar con papel encerado una charola grande, engrasar el papel. En el procesador de alimentos, mezclar la harina, el polvo para hornear, el azúcar y la sal. En un tazón pequeño, revolver la leche con la mantequilla; espolvorear la levadura y remover hasta que se disuelva. Agregar la mezcla al procesador de alimentos y batir durante 30 segundos, o hasta que la masa quede suave. Cambiar a un recipiente ligeramente engrasado, tapar con plástico adherente y dejar reposar en un lugar cálido durante 1 hora, o hasta que aumente de tamaño.

**2** Vaciar en una superficie ligeramente enharinada y amasar durante 2 minutos, hasta eliminar los grumos. Dividir la masa en 12 porciones y amasar cada una durante 30 segundos, para darle forma de pelota. Precalentar el horno a 210°C. Colocar las pelotas en la charola y cubrir con plástico adherente. Dejar reposar 15 minutos en un lugar cálido, o hasta que aumenten de tamaño. Hornear durante 20 minutos, hasta que estén dorados y bien cocidos. Retirar 5 minutos y colocar en una rejilla metálica para enfriar.



**3** Con un cuchillo de sierra, abrir cada bulto sin romperlo completamente. En la parte interior del pan, untar una capa de mermelada. Con la batidora eléctrica, batir la crema con 1 cucharada de azúcar glass a punto de nieve, y poner una cucharadita de ella sobre la mermelada.

Antes de servir, espolvorear los bollitos con el resto del azúcar glass.

## **NOTA**

Se sugiere rellenar los bollitos justo antes de servir.



En el procesador de alimentos, batir la mezcla durante 20 segundos, hasta obtener una masa suave.



Apilar las 12 porciones sobre una superficie ligeramente enharinada, dándole la forma de pelota.



Cortar horizontalmente cada bollito y untar con mermelada.





## KRENDL

Tiempo de preparación: 40 minutos  
+ 1 hora 30 minutos para reposar  
Tiempo de cocción: 45 minutos  
Porciones: 1 pieza



1 bolsita de 7g de levadura  
2 cucharadas de agua tibia  
 $\frac{1}{4}$  de taza de leche  
50g de mantequilla  
 $\frac{1}{4}$  de taza de azúcar refinada  
1 cucharadita de esencia de vainilla  
2 yemas de huevo  
 $\frac{1}{2}$  cucharadita de sal  
3-3  $\frac{1}{2}$  tazas de harina  
1  $\frac{1}{2}$  cucharaditas de polvo para hornear  
40g de mantequilla fundida  
1 lata de 410g de manzanas para pay  
 $\frac{1}{2}$  taza de ciruelas, picadas  
 $\frac{1}{2}$  taza de chabacanos, picados  
1 cucharadita de canela

## Glaseado

1 taza de azúcar glass  
 $\frac{1}{2}$  cucharadita de esencia de vainilla  
1-2 cucharadas de leche  
 $\frac{1}{4}$  taza de almendras tostadas y fileteadas

**1** Engrasar con mantequilla o aceite una charola grande. Disolver la levadura en agua tibia y dejar reposar durante 5 minutos, o hasta que comience a hacer espuma. En una cazuela pequeña, calentar a fuego lento la leche; la mantequilla y 1 cucharada de azúcar, revolviendo hasta que la mantequilla se funda; retirar del fuego y añadir la vainilla y las yemas de huevo. En un tazón grande, medir la sal y 3 tazas de harina; hacer un hueco en el centro. Incorporar la mezcla de leche y la levadura; revolver bien. Agregar suficiente harina, de la que sobró, para obtener una masa suave. Vaciar a una superficie ligeramente enharinada y amasar durante 10 minutos, hasta que quede sin grumos

y elástica. Cambiar a un recipiente ligeramente aceitado; engrasar la masa también, tapar con plástico adherente y dejar reposar 1 hora en un lugar cálido, hasta que aumente de tamaño. Anasar 1 minuto y con el rodillo, extender para formar un rectángulo de 20x75cm. Españar la mantequilla fundida, las manzanas, las ciruelas y los chabacanos; espolvorear con canela y el resto del azúcar.

**2** Enrollar la masa a lo largo, oprimiendo los bordes para pegarlos. Darle forma de rosca y colocar en la charola, escondiendo los extremos abajo de la rosca y aplastándola ligeramente. Precalentar el horno a 180°C; cubrir la masa y dejar reposar 30 minutos más en un lugar cálido, hasta que aumente de volumen. Hornear durante 45 o 50 minutos, hasta que se dore.

**3 Glaseado:** En un tazón pequeño, mezclar el azúcar glass, la esencia de vainilla y la leche; extender sobre el pan aún caliente y espolvorear con las almendras. Dejar enfriar antes de servir.



Agregar la mezcla de leche y la levadura a la de harina; revolver hasta incorporar.



Formar un rectángulo grande con la masa y cubrir con la mantequilla y las frutas.



Enrollar la masa a lo largo y dar forma de rosca.



## ROLLITOS DE FRUTA

Tiempo de preparación: 20 minutos  
+ 1 hora 20 minutos para reposar  
Tiempo de cocción: 20 minutos  
Porciones: 20 piezas



- 1 bolsita de 7g de levadura
- 1 cucharadita de azúcar
- 1 cucharada de harina
- ½ taza de leche, tibia
- 2 ½ tazas de harina cernida, adicionales
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 185g de mantequilla, en trocitos
- 1 cucharada de azúcar refinada
- 1 cucharadita de especias
- 1 huevo, ligeramente batido
- 2 cucharaditas de ralladura de limón
- ¼ de taza de azúcar morena
- 1 ½ tazas de frutas secas, variadas

### Glaseado

- 1 cucharada de leche
- 2 cucharadas de azúcar

**1** Engrasar con mantequilla o aceite una charola y forar con papel encerado. En un recipiente pequeño, mezclar la levadura, el azúcar y el harina; añadir la leche poco a poco y revolver hasta eliminar los grumos, tapar con plástico adherente y dejar reposar en un lugar cálido durante 10 minutos, o hasta que comience a hacer espuma.

**2** En el procesador de alimentos, mezclar el harina cernida, el polvo para hornear, 125g de mantequilla, el azúcar refinada y ½ cucharadita de especias, batir durante 30 segundos, o hasta que la mezcla tenga consistencia de migajas finas. Agregar el huevo, la ralladura y la levadura, batir durante 15 segundos más.

**3** Cambiar a una superficie ligeramente enharinada y amasar durante 2 minutos, hasta obtener una masa suave; dar forma

de pelota y colocar en un recipiente ligeramente engrasado. Cubrir con plástico adherente y dejar reposar durante 1 hora en un lugar cálido, hasta que aumente de tamaño. Amasar durante 2 minutos más para eliminar los grumos.

**4** Precalentar el horno a 210°C. Con la batidora eléctrica, batir el resto de la mantequilla y el azúcar morena para obtener una pasta ligera y cremosa. Con el rodillo, extender la masa para formar un rectángulo de 35x40cm; untar con la mezcla de mantequilla, dejando un espacio de 2cm en el borde superior. Españar las frutas secas y el resto de las especias; enrollar con firmeza hasta formar un tronco; con un cuchillo afilado, cortar rollitos de 2cm de espesor.

**5** Colocar los rollitos en la charola dejando suficiente espacio entre ellos. Cubrir con plástico adherente y dejar reposar durante 10 minutos en un lugar cálido hasta que aumente de volumen. Hornear durante 20 minutos, o hasta que estén bien cocidos y dorados.

**6 Glaseado:** En una cazuela, calentar a fuego lento la leche y el azúcar; revolver hasta que ésta se disuelva y empiece a hervir; retirar del fuego y barnizar los rollitos aún calientes de manera abundante. Dejar enfriar en una rejilla metálica.

### NOTA

Los rollitos de fruta se conservan en congelación durante 2 meses; en un recipiente hermético duran varios días.

Esta receta es una adaptación de los tradicionales rollitos Chelsea, que se preparan de igual manera hasta el paso número 5. Después, los rollitos se colocan en la charola muy cerca unos de otros, con los bordes tocándose, para que cuando crezcan, adquieran su característica forma cuadrada. Hornear como se indica, dejar enfriar y separar en bollitos individuales.



Dejar reposar la mezcla durante 10 minutos, hasta que comience a hacer espuma.



Mezclar el harina, la mantequilla, el azúcar y las especias hasta obtener una masa de consistencia de migajas finas.



Amasar sobre una superficie ligeramente enharinada y darle forma de pelota.





# Aporte de Lupita



Cubre la masa con la mezcla de frutas picadas y las especias.



Arrollar los rollos en la charola, con suficiente espacio entre sí.



Barniza los rollitos con el glaseado con azúcar.



## TARDALETAS DE CHOCOLATE

Tiempo de preparación: 30 minutos  
+ 20 minutos para refrigerar  
Tiempo de cocción: 15 minutos  
Porciones: 24 piezas



2 tazas de harina  
½ cucharadita de polvo para hornear  
2 cucharadas de natilla en polvo  
125g de mantequilla, en trocitos  
1 yema de huevo  
2-3 cucharadas de agua fría

### Relleno

250g de queso crema, a temperatura ambiente  
½ taza de azúcar refinada  
1 huevo  
125g de chocolate oscuro, fundido  
¼ de taza de almendras o avellanas, molidas  
100g de chocolate blanco, fundido

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite 2 moldes para 12 tartaletas cada uno. En el procesador de alimentos, batir el harina, el polvo para hornear, la natilla en polvo y la mantequilla durante 30 segundos, hasta obtener una pasta de consistencia de migajas finas. Agregar la yema de huevo y la mayor parte del agua, batir 20 segundos, o hasta mezclar los ingredientes, de ser necesario, agregar más agua. Cambiar la mezcla a una superficie enharinada y amasar suavemente con las manos hasta eliminar los grumos. Cubrir con plástico adherente y refrigerar 20 minutos.

**2** Dividir la masa en dos partes, envolver una de ellas en plástico. Con el rodillo, extendiendo la otra mitad entre 2 hojas de papel encerado, hasta que tenga 3mm de espesor, cortar en círculos de 7cm con

un cortador acanalado y colar en los moldes. Repetir el procedimiento con el resto de la masa. Refrigerar las crutones mientras se prepara el relleno.

**3 Relleno:** Con la batidora eléctrica, batir el queso crema y el azúcar hasta obtener una pasta cremosa y ligera, agregar el huevo y el chocolate fundido. Continuar batiendo hasta que no se agregen vetas en la mezcla, añadir las almendras

o avellanas molidas. Con una cuchara, repartir el relleno en las tartaletas. Hornear durante 15 minutos, o hasta que comiencen a dorar, pues continuamos haciendo lo mismo hasta que estén dorados. Sacar del horno y dejar enfriar en una rejilla metálica. Con una fina rejilla de chocolate blanco, decorar con líneas en zigzag y esperar a que seque. Polvolear con cocoa en polvo antes de servir, si se desea.



Batir la mezcla durante 30 segundos, hasta que tenga consistencia de migajas finas.



Cortar círculos de 7cm con un cortador acanalado.



Refrigerar las tartaletas con el chocolate, con la ayuda de una rejilla metálica.





## TARTELETAS DE LIMÓN

Tiempo de preparación: 40 minutos

Tiempo de cocción: 15 minutos

Porciones: 24 piezas



- 2 tazas de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 pizca de sal
- 125g de mantequilla, en trocitos
- 2 cucharaditas de azúcar refinada
- 1 cucharadita de ralladura de limón
- 1 yema de huevo
- 2-3 cucharadas de agua fría

### Relleno

- 125g de queso crema, ablandado
- ½ taza de azúcar refinada

- 2 yemas de huevo
- 2 cucharadas de jugo de limón
- ½ taza de leche condensada azucarada

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde para 12 tartaletas. En un tazón, cernir el harina, el polvo para hornear y la sal, con los dedos, frotar con la mantequilla. Agregar el azúcar, la ralladura, la yema de huevo y el agua, revolver con una espátula. Amasar suavemente sobre una superficie enharinada, hasta eliminar los grumos. Cubrir con plástico adherente y refrigerar durante 10 minutos.

**2 Relleno:** Con la batidora eléctrica, batir el queso crema, el azúcar y las yemas, hasta obtener una pasta gruesa y homogénea; incorporar el jugo de limón y la

leche condensada, batir para mezclar bien.

**3** Con el molde, extender la masa entre dos hojas de papel encerado hasta que tengan 3mm de espesor. Recortar círculos de 7cm con un cortador acanalado y colocar en los moldes. Picar la masa tres veces con un tenedor y hornear durante 10 minutos, hasta que comiencen a dorarse. Retirar del horno y cubrir cada tartaleta con 2 cucharaditas de relleno. Hornear durante 5 minutos más para que el relleno cuaje. Antes de desmoldar, dejar enfriar un poco. Pueden decorarse con tiras de cáscara de limón en almíbar.

### NOTA

Las tiras de limón se preparan cocinando la ralladura a fuego lento en almíbar.



Con la yema de los dedos, frotar la mantequilla con el harina.



Añadir el jugo de limón y la leche condensada a la mezcla del relleno.



Picar cada tartaleta tres veces con un tenedor.





## STRUDEL DE MANZANA

Tiempo de preparación: 20 minutos  
Tiempo de cocción: 20-25 minutos  
Porciones: 2 piezas



4 manzanas verdes  
30g de mantequilla  
2 cucharadas de jugo de naranja  
1 cucharada de miel  
 $\frac{1}{4}$  de taza de azúcar  
 $\frac{1}{2}$  taza de pasas  
2 láminas de hojaldre, extendidas  
 $\frac{1}{4}$  de taza de almendras, molidas  
1 huevo, ligeramente batido



Caldurar a fuego medio la fruta, removiendo hasta que el azúcar se disuelva y se adhiera a la fruta.

2 cucharadas de azúcar morena  
1 cucharada de canela, molida

**1** Precalentar el horno a 220°C. Engrasar una mantapilla o acortar dos charcos. Pelar, descorazonar y cortar en rodajas finas las manzanas. En una cacerola, calentar a medio fuego la mantequilla y agregar las manzanas cocinar 2 minutos. Hasta que se doren un poco. Añadir el jugo de naranja, la miel, el azúcar y las pasas, revolver a fuego medio hasta que las manzanas estén tiernas y se disuelva el azúcar; retirar del fuego y dejar enfriar por completo.

**2** Colocar una lámina de hojaldre en una superficie plana, doblarla a la mitad y hacer triángulos cortos cada 1cm en la



luz y cortar pequeños círculos 2cm en la zona doblada de la pasta.

mitad doblada. Abrir la lámina y espolvorear con la mitad de las almendras. Escurrir las manzanas y colocar la mitad en el centro de la pasta. Rociar las frutas con huevo y unir, continuando con nueva.

**3** Calentar el strudel en la charola, con los dedos hacia arriba, bañar con huevo y espolvorear con la mezcla de azúcar y canela. Presionar el otro strudel siguiendo el mismo procedimiento y hornear durante 20 a 25 minutos, hasta que queden con puntas y dorados.

### NOTA

El strudel puede prepararse con otras frutas naturales o en conserva, como peras, cerezas o duraznos.



Colocar el strudel en la charola y espolvorear con la mezcla de azúcar y canela.





## RELÁMPAGOS DE CHOCOLATE

Tiempo de preparación: 20 minutos  
Tiempo de cocción: 40 minutos  
Porciones: 18 piezas



1 taza de agua  
125g de mantequilla  
1 taza de harina, cernida  
4 huevos  
300ml de crema, batida  
150g de chocolate oscuro, fundido

**1** Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite dos charolas. En una cazuela pequeña calentar a fuego medio el agua y la mantequilla, hasta que está se funde. Dejar que suelte el hervor y retirar del fuego.

**2** Agregar el harina de una sola vez y revolver a calentar, revolviendo con una cuchara de madera, hasta que la mezcla se despegue de las paredes y forme una bolita alrededor de la cuchara. Continuar a un recipiente más grande y dejar enfriar un poco; agregar los huevos, uno por uno, y batir muy bien la mezcla después de cada adición, hasta obtener una pasta de consistencia espesa, homogénea y brillante.

**3** Colocar la mezcla en una duva con boquilla lisa de 1.5cm, sobre las charolas formar tiras de 15cm de largo, dejando suficiente espacio para que crezcan.

**4** Hornear durante 16 o 15 minutos, luego la temperatura del horno a 180°C y seguir cocinando 15 minutos más, hasta que los relámpagos queden dorados y firmes. Abrir por la mitad y rellorar la pasta que no se cocinó, rellorar con crema y cubrir la parte exterior de las tiras con abundante chocolate fundido.



En una cazuela calentar el agua y la mantequilla, hasta que está se funde.



Revolver la mezcla con una cuchara de madera, hasta que se despegue de las paredes de la cazuela.



Con una duva, formar tiras de pasta de 15cm sobre la charola preparada.



Abrir los relámpagos y rellorar los restos de pasta cruda.

### NOTA

Los relámpagos se sellan al poder congelarse en un recipiente hermético hasta por 3 meses.





## TARTAS DE FRESA Y CREMA

Tiempo de preparación: 30 minutos  
Tiempo de cocción: 15 minutos  
Porciones: 24 piezas



2 tazas de harina  
1 cucharadita de polvo para hornear  
 $\frac{1}{4}$  de taza de azúcar glass  
150g de mantequilla, en trocitos  
2-3 cucharadas de agua fría

### Relleno

1 taza de crema  
1 cucharada de azúcar glass

1 cucharadita de esencia de vainilla  
250g de fresas, en cuartos

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar una mantecilla o aceite un molde para 12 tartaletas. En un tazón, medir el harina, el polvo para hornear y el azúcar glass; agregar la mantequilla y mezclar con los dedos. Verter la mayor parte del agua y revolver con una espátula; de ser necesario, agregar más agua.

**2** Amasar suavemente sobre una superficie enharinada, hasta eliminar los grumos. Con el rodillo, extender entre dos hojas de papel encerado hasta que tenga 3mm de espesor. Recortar círculos de 7cm con un cortador acanalado y colocar en los moldes; refrigerar durante 15 mi-

nutos. Picar la masa dos veces con un tenedor y hornear durante 10 o 15 minutos, hasta que se doren. Dejar enfriar un poco, desmoldar sobre una rejilla metálica y dejar enfriar por completo. Pueden decorarse con tiras de cáscara de limón en almíbar.

**Relleno:** Con la batidora eléctrica, batir la crema, el azúcar glass y la vainilla a punto de turrón; incorporar las fresas a la mezcla. Rellenar las tartaletas con una cuchara.

### NOTA

La base de las tartaletas puede prepararse con 1 día de anticipación y guardarse en un recipiente hermético.

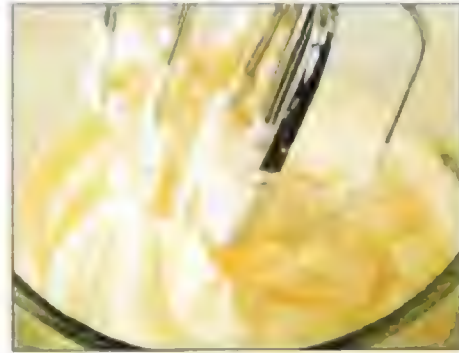
Puede usarse cualquier fruta de estación, como mandarinas o naranjas.



Con una espátula, revolver la mezcla; de ser necesario, agregar más agua.



Con el rodillo, extender la pasta entre dos hojas de papel encerado.



Con la batidora eléctrica, batir la crema a punto de turrón.





## TARTA DE MANTEQUILLA Y MARACUYÁ

Tiempo de preparación: 20 minutos  
+ 1 hora para refrigerar  
Tiempo de cocción: 45 minutos  
Porciones: 8 piezas



1  $\frac{1}{2}$  tazas de harina  
 $\frac{1}{4}$  de cucharadita de polvo para hornear  
75g de mantequilla, en trocitos  
 $\frac{1}{4}$  de taza de azúcar refinada  
2 cucharaditas de ralladura de limón  
2 cucharadas de jugo de limón  
1 cucharada de agua

### Relleno

1 cucharada de azúcar refinada  
4 huevos

$\frac{3}{4}$  de taza de pulpa de maracuyá  
125g de mantequilla, en trocitos

### Cubierta

60g de mantequilla, en trocitos  
 $\frac{1}{4}$  de taza de azúcar morena  
 $\frac{1}{2}$  taza de harina

**1** En el procesador de alimentos, mezclar el harina, el polvo para hornear y la mantequilla, hasta obtener una pasta de consistencia de migajas finas. Incorporar el azúcar, la ralladura y el jugo de limón; mezclar bien; de ser necesario, agregar agua. Envolver con plástico adherente y refrigerar durante 1 hora.

**2 Relleno:** En una cacerola, mezclar el azúcar, los huevos, la pulpa y la mantequilla; calentar a fuego lento, sin dejar de mover, hasta que se funda la mantequilla

y dejar enfriar. Precalentar el horno a 210°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde redondo de 23cm de diámetro y forrar el fondo con papel encerado. Vaciar la masa en el molde y hornear durante 15 minutos; retirar del horno y cubrir con el relleno. Reducir la temperatura a 180°C y hornear 15 minutos más. Extender la cubierta sobre el relleno de la tarta y dorar en la panilla precalentada. Dejar enfriar y desmoldar.

**3 Cubierta:** Con la batidora eléctrica mezclar la mantequilla y el azúcar para obtener una pasta cremosa y ligera; agregar el harina y revolver hasta que la masa tenga consistencia de migajas finas.

### NOTA

Puede conservarse en un recipiente hermético por varios días.



Batir el harina y la mantequilla en el procesador de alimentos, hasta obtener una pasta de consistencia de migajas finas.



Calentar a fuego lento la mezcla del relleno, mover hasta que la mantequilla se funda.



Dorar la cubierta de la tarta en la panilla.





Con la batidora eléctrica, batir la masa 2 minutos para que quede homogénea.



Comprimir la masa con plástico, engrasando ligeramente el plástico y dejar reposar 1 hora.



Dividir la masa en 3 tiras de 30 cm y trenzarla.



Hacer dos trenzas más utilizando las tres porciones restantes.



Marcar una hendidura en el centro de la trenza más grande para colocar la media vaca.



Barnizar la trenza con clara de huevo y espolvorear con almendras y azúcar.

## TRENZA VIENESA

Tiempo de preparación: 40 minutos  
+ 2 horas para reposar

Tiempo de cocción: 40 minutos

Porciones: 1 pieza



2 bolsitas de 7g de levadura

$\frac{1}{4}$  de taza de agua, tibia

$\frac{1}{4}$  de taza de azúcar refinada

$\frac{1}{4}$  de taza de leche, tibia

1 huevo

2 yemas de huevo

80g de mantequilla

2 cucharaditas de ralladura de limón

$\frac{1}{4}$  cucharadita de sal

4-4  $\frac{1}{2}$  tazas de harina

1 taza de pasas

1 clara de huevo, ligeramente batida,  
para barnizar

2 cucharadas de almendras, fileteadas  
azúcar refinada adicional,  
para espolvorear

**1** En un tazón grande, mezclar la levadura y el agua con 1 cucharadita de azúcar. Dejar reposar durante 5 minutos, y hasta que comience a hacer espuma. Agregar la leche, el huevo, las yemas, la mantequilla y el resto del azúcar, la sal, la levadura y 2 tazas de harina. Con la batidora eléctrica



mezclar durante 2 minutos. Incorporar las pasas y la cantidad necesaria del harina restante para obtener una masa suave.

**2** Cambiar a una superficie ligeramente enharinada, amasar durante 10 minutos o hasta que quede homogénea y elástica. Colocar en un recipiente engrasado, cubrir con plástico adherente también engrasado y dejar reposar en un lugar cálido durante 1 hora, hasta que haya aumentado de tamaño. Volcar la masa y amasar durante 1 minuto más.





## Aporte de Sra. Anita

**3** Dividir la masa en dos, envolver una de las mitades en un trapo limpio y reservar. Partir la otra mitad en tres partes iguales y formar 3 trozos de 30 cm de largo con las puntas a fruncir, comenzando con la tira del centro. Al terminar, pellizcar y doblar hacia adentro los extremos para sellar.

**4** Tomar la tercera parte de la masa reservada y dividirla a su vez en tres porciones iguales con las que se formarán 3 más de 20 cm para benzales. Dividir la masa restante igualmente en 3 partes para formar tres de 20 cm y reservarla.

**5** Marcar una hendidura en el centro de la tierra más grande, humear con clara de huevo toda la superficie y colocar encima la trenza madura, humear y hacer una hendidura en el centro para colocar encima la trenza más chica, presionar ligeramente para que queden bien unidas las tres trenzas. Engrasar una charola para horno y colocar cuidadosamente la trenza.

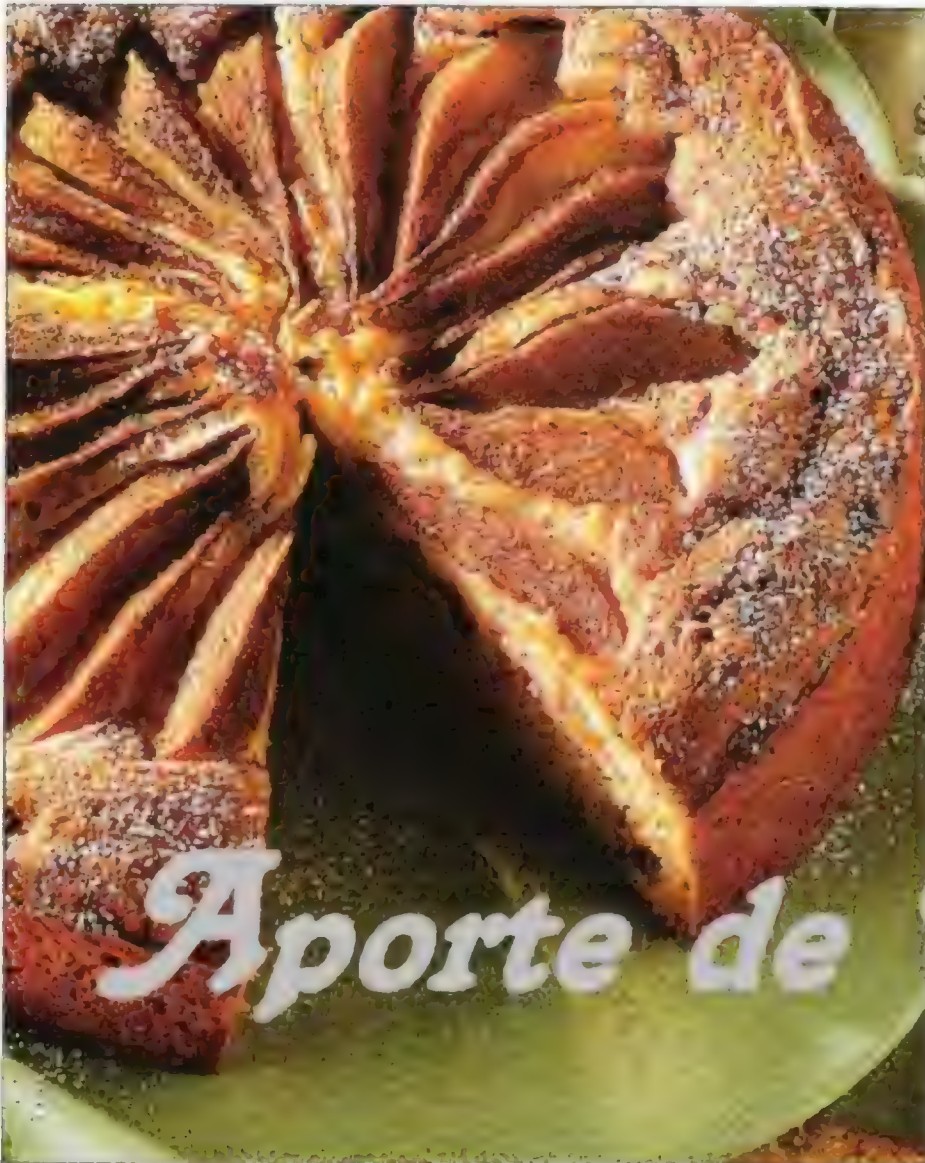
**6** Envolver la trenza con papel adherente, desecarlo y secarlo suficiente para conseguirle de tamaño al dar reposo cu-

rante 1 hora. Prender el horno a 180°C, humear la misma con el resto de la clara de huevo y espolvorear con las almendras y el azúcar adicional. Hornear durante 20 o 30 minutos hasta que este bien cocida, esto se comprueba golpeando la base de la trenza que debe sonar fuerte cuando esté lista. Enmar sobre una rejilla de metal.

### NOTA

La trenza puede conservarse hasta por 3 días en un recipiente hermético.





## PASTEL DE PERA Y NUEZ

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 1 hora

Porciones: 1 pieza



60g de mantequilla

$\frac{1}{2}$  de taza de azúcar refinada

1 huevo

2 tazas de harina, cernida

1 cucharadita de polvo para hornear

$\frac{1}{2}$  taza de leche

$\frac{1}{2}$  taza de nuez, picada

$\frac{1}{4}$  de taza de cerezas glaseadas,  
picadas

2 peras peladas, descorazonadas  
y en rodajas

1 cucharada de azúcar de canela  
(ver nota)

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde redondo de 23cm de diámetro y forrar el fondo con papel encerado. Con la batidora eléctrica, batir la mantequilla y el azúcar, hasta obtener una pasta cremosa; agregar el huevo y batir bien.

**2** Añadir la harina y el polvo para hornear y va mezclados con movimientos suaves, alternando con la leche y terminando con harina. Agregar la nuez y las cerezas, mezclar.

**3** Vaciar la masa en el molde preparado, alisar la superficie. Acomodar de manera decorativa las rodajas de pera en la superficie del pastel y espolvorear con abundante mezcla de azúcar y canela.

**4** Hornear durante 1 hora, hasta que al picar el centro con un palillo, este salga limpio. Dejar enfriar dentro del molde por 5 minutos y cambiar a una rejilla metálica para que termine de enfriarse.



Agregar el huevo a la mezcla de mantequilla y azúcar, batir con batidora.



Añadir las nueces y las cerezas, revolver con una cuchara de metal.



Acomodar de manera decorativa las rodajas de pera sobre el pastel.



Dejar enfriar el pastel en una rejilla metálica.

### NOTA

Para preparar el azúcar de canela, mezclar una cucharada de azúcar refinada y una cucharadita de canela en polvo.





## PASTEL DE CHOCOLATE

Tiempo de preparación: 20 minutos  
+ 30 minutos para reposar  
Tiempo de cocción: 50-60 minutos  
Porciones: 1 pieza



125g de mantequilla  
1 taza de azúcar refinada  
2 huevos, ligeramente batidos  
1 cucharadita de esencia de vainilla  
1  $\frac{1}{2}$  de taza de harina  
1 cucharadita de polvo para hornear  
1 cucharadita de bicarbonato de sodio  
 $\frac{1}{2}$  taza de cocoa en polvo  
 $\frac{1}{4}$  de taza de suero de leche



Agregar los huevos poco a poco, sin dejar de batir.

### Cubierta

$\frac{1}{2}$  taza de azúcar glass  
2 cucharadas de cocoa en polvo  
1 cucharada de leche, tibia  
25g de mantequilla, ablandada

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde redondo de 20cm de diámetro, tomar el fondo y las paredes con papel encerado. Con la batidora eléctrica, mezclar la mantequilla y el azúcar, hasta obtener una pasta cremosa y ligera. Agregar los huevos poco a poco, batiendo constantemente. Añadir la esencia de vainilla y continuar batiendo hasta incorporar todos los ingredientes.

**2** Cambiar a un recipiente más grande y agregar el harina cernida, el polvo para



hornear, el bicarbonato y la cocoa, alternando con el suero de leche; revolver con una cuchara de metal. Vaciar la mezcla en el molde y alisar la superficie.

**3** Hornear durante 50 o 60 minutos hasta que al picar el centro del pastel con un palillo, éste salga limpio. Esperar 30 minutos y desmoldar en una rejilla metálica para enfriar. Untar la superficie y las paredes del pastel con la cubierta.

**Cubierta:** En un tazón pequeño, cernir el azúcar glass y la cocoa; agregar la leche y la mantequilla, revolver para eliminar los grumos.

### NOTA

El pastel puede conservarse en un recipiente hermético por varios días.



Dejar enfriar el pastel en el molde por 30 minutos y desmoldar sobre una rejilla metálica.



## PASTEL DE NARANJA Y BAYAS

Tiempo de preparación: 50 minutos

Tiempo de cocción: 40 minutos

Porciones: 6-8 piezas



½ taza de harina  
¼ de taza de maicena  
1 cucharadita de polvo para hornear  
¼ de taza de leche  
50g de mantequilla  
¾ de taza de azúcar refinada  
3 huevos  
3 yemas de huevo  
1 cucharadita de ralladura de naranja  
1 ½ tazas de crema  
3-4 cucharaditas de azúcar glass  
1-2 cucharadas de Grand Marnier  
250g de fresas, lavadas y en mitades  
250g de moras azules (blueberry)  
2 cucharadas de almendras, fileteadas y tostadas  
azúcar glass, para espolvorear

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde de 30x20cm. Forrar el fondo y las paredes con papel encerado, dejándolo 3cm más alto que el molde. En una hoja de papel encerado, cernir dos veces las harinas y el polvo para hornear. En una cazuela, calentar a fuego medio la leche y la mantequilla hasta que esta se funda, sin dejar hervir, pero manteniendo caliente la mezcla.

**2** Calentar a baño maría el azúcar, los huevos y las yemas; batir con la batidora eléctrica hasta obtener una mezcla de color amarillo pálido, brillante y espesa, que haya aumentado de volumen. Retirar del fuego y agregar la ralladura; revolver.

**3** Con una cuchara de metal, incorporar el harina en tres partes; agregar la mezcla caliente de mantequilla, revolver hasta que quede homogénea, sin mezclar demasiado para conservar el volumen de la pasta en la medida de lo posible. Servir en el molde preparado y hornear durante 25 ó 30 minutos, hasta que el pastel quede esponjoso al tacto. Dejar enfriar y desmoldar.

**4** Voltear el pastel sobre una superficie plana; con un cuchillo de sierra, recortar los trozos oscuros que hayan quedado; partir en 3 rectángulos de 10x20cm cada uno.

**5** Con la batidora, batir la crema y el azúcar glass a punto de nieve e incorporar el Grand Marnier.

**6** Extender un cuarto de esta crema sobre una de las capas del pastel, cubrir con la tercera parte de las bayas; colocar una segunda capa de pastel y presionar un poco. Poner otra capa de crema y bayas, terminando con la tercera capa de pastel. Con la crema restante, cubrir completamente la superficie y los lados del pastel, decorar con el resto de las bayas y las almendras, y espolvorear ligeramente con el azúcar glass.

### NOTA

El pan puede prepararse con 2 días de anticipación; se guarda envuelto en plástico en un lugar fresco y seco. Se sugiere preparar el pastel 2 horas antes de servir. Las almendras se tostan esparciendo las hojuelas en una charola para horno forrada con papel encerado, y se hornearán durante 5 ó 10 minutos a 180°C.

No deben utilizarse bayas en conserva o congeladas, pues son muy húmedas y alteran la textura de la masa. Las moras azules pueden sustituirse por fresas de temporada, como frambuesas, o bien utilizarse solo fresas.



Forrar el fondo y las paredes del molde con papel encerado.



Calentar a baño maría y batir con batidora el azúcar y la mezcla de leche y mantequilla hasta que esté espesa y brillante.



Batir la mezcla caliente de crema y azúcar glass, revolver hasta que quede homogénea.





# Aporte de Lupita



Coloca el pan sobre una hoja de papel encerado y cubre con la crema de leche.



Bata la crema y el azúcar glass o polvo de azúcar.



Cubre la segunda capa de pan con crema y frutas, reserva el resto para decorar.





## PASTEL RELLENO DE MERMELADA Y CREMA

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 20 minutos

Porciones: 1 pieza



$\frac{1}{2}$  taza de harina

$\frac{1}{2}$  cucharadita de polvo para hornear

4 huevos, separados

$\frac{2}{3}$  de taza de azúcar refinada

$\frac{1}{2}$  taza de mermelada de fresa

$\frac{1}{2}$  taza de crema, batida

azúcar glass, para espolvorear

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite 2 moldes redondos y fondeo 20cm de diámetro. Es una regla de papel en unido, cubrir el fondo y el polvo para hornear 2 veces. Con la batidora, batir las claras de huevo a punto de nieve. Agregar el azúcar poco a poco, sin dejar de batir, hasta que ésta se disuelva y quede una mezcla espesa y brillante.

**2** Añadir las yemas y seguir hatiendo durante 20 segundos más. Incorporar el harina y el polvo para hornear, con ayuda de una cuchara de madera. Distribuir la mezcla en los 2 moldes, llénalos a superficie.

Hornear durante 20 minutos, o hasta que los pasteles estén dorados y esponjosos al tacto. Esperar 5 minutos y desmoldar sobre una rejilla metálica para dejar enfriar.

**3** Untar con mermelada uno de los pasteles y encima una capa de crema batida. Colocar el segundo pastel y espolvorear con azúcar glass cernida antes de servir.

### NOTA

Los pasteles, sin relleno, pueden congelarse en bolsas separadas durante un mes. Descongelar a temperatura ambiente 20 minutos y consumir en cuanto se descongele.



Con la batidora, batir la mezcla hasta que esté brillante y espesa.



Repartir la mezcla en los moldes y untar la superficie con una cuchara.



Espolvorear el pastel relleno con azúcar glass cernida, antes de servir.





## PASTEL DE ZANAHORIA CON PIÑA

Tiempo de preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 40 minutos

Porciones: 1 pieza



- 1 taza de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- $\frac{1}{2}$  cucharadita de bicarbonato de sodio
- $\frac{1}{2}$  cucharadita de canela molida
- $\frac{1}{2}$  cucharadita de nuez moscada
- $\frac{1}{2}$  de taza de azúcar morena
- 2 cucharaditas de ralladura de naranja
- $\frac{1}{4}$  de taza de aceite
- 2 huevos
- 1 taza de zanahoria rallada

- 1 lata de 440g de piña, escurrida
- $\frac{1}{4}$  de taza de nueces, en trozos

### Glaseado:

- 60g de mantequilla
- 60g de queso crema
- 1 taza de azúcar glass
- 1 cucharadita de jugo de naranja
- $\frac{1}{2}$  cucharadita de esencia de vainilla

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantecilla o aceite un molde redondo de 20cm de diámetro, y forrar el fondo con papel encerado. En un tazón grande, cernir el harina, el polvo para hornear, el bicarbonato, la canela y la nuez moscada; agregar el azúcar y revolver. Hacer un hueco en el centro. Batir el aceite

y los huevos hasta que la mezcla esté pareja y homogénea; incorporar al hanna.

**2** Añadir la zanahoria, la piña y las nueces, revolver. Con una cuchara, vaciar la masa en el molde y alisar la superficie. Hornear durante 35 ó 40 minutos, o hasta que al picar el centro con un palillo, este salga limpio.

**3** Dejar enfriar dentro del molde por 5 minutos y desmoldar en una rejilla metálica para que termine de enfriarse. Untar el glaseado y decorar con ralladura de naranja, si se desea.

**4 Glaseado:** Con la batidora eléctrica mezclar la mantequilla y el queso crema hasta obtener una pasta homogénea. Agregar el azúcar glass, el jugo y la vainilla, batir muy bien.



En un tazón, cernir el harina, el polvo para hornear, el bicarbonato, la canela y la nuez moscada.



Agregar a la masa la zanahoria, la piña y las nueces.



Untar una capa gruesa de glaseado al pastel.



## PASTEL DE LICOR DE CAFÉ

Tiempo de preparación: 1 hora  
Tiempo de cocción: 35-40 minutos  
Porciones: 8-10



125g de nueces de Brasil  
100g de almendras  
80g de avellanas  
2 cucharadas de harina  
¾ de taza de azúcar refinada  
7 claras de huevo  
¾ de taza de Kahlúa  
chispas de chocolate, para decorar  
azúcar glass cernida, para espolvorear

**Crema de café**  
200g de mantequilla  
150g de chocolate oscuro, fundido  
2-3 cucharadas de azúcar glass  
2 cucharaditas de agua, tibia  
3-4 cucharaditas de café soluble

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar un molde redondo de 20cm de diámetro, forrar el fondo y las paredes con papel encerado. Hornear los frutos secos en una charola durante 5 ó 10 minutos para que se doren. Prostar las avellanas vigorosamente con un trapo limpio para quitar la cáscara, y triturar en el procesador de alimentos.

**2** Cambiar a un recipiente más grande, agregar el harina y ¾ taza de azúcar, revolver muy bien. En un recipiente grande y con la batidora eléctrica, batir las claras a punto de nieve. Agregar poco a poco el resto del azúcar, sin dejar de batir, hasta que ésta se disuelva y la mezcla quede espesa y brillante. Con una cuchara de metal, añadir en tres partes la mezcla de frutos secos. Colocar la masa en el mol-

de preparado y alisar la superficie. Hornear durante 35 ó 40 minutos, hasta que el pastel este esponjoso al tacto. Dejar enfriar completamente y desmoldar.

**3 Crema de café:** Con la batidora eléctrica, batir la mantequilla hasta que quede ligera y cremosa. Agregar el chocolate fundido poco a poco, sin dejar de batir, hasta incorporar completamente. Añadir el azúcar glass y el café disuelto en agua, batir constantemente hasta revolver.

**4 Decoración del pastel:** Voltear el pastel sobre una superficie plana y con un cuchillo de sierra, cortar horizontalmente en 3 círculos; la parte superior del pastel se utilizará como base. Bañar con la mitad del licor y cubrir con la quinta parte de la crema de café.

**5** Colocar la segunda rueda encima, impregnar con el licor restante y cubrir con un cuarto del resto de la crema de café. Colocar la última rueda encima, cubrir la superficie y los costados del pastel con la crema de café restante.

**6** Decorar con las chispas de chocolate y espolvorear con azúcar glass. Refrigerar durante 1 hora, hasta que cuaje.

### NOTA

Las chispas de chocolate pueden prepararse en casa con 150g de chocolate fundido. Forrar 2 charolas con papel encerado; con la mitad de chocolate, rellenar una dufa pequeña. Formar pequeños hotoncitos en las charolas y golpearlas suavemente sobre la mesa, para aplanarlos y formar las grageas. Cuando el chocolate cuaje, retirar cuidadosamente y decorar el pastel.

Este pastel puede prepararse con 3 días de anticipación y conservarse en refrigeración en un recipiente hermético. Las nueces de Brasil pueden sustituirse por castaña.



Prostar vigorosamente los frutos secos tostados con un trapo, para quitar las cáscaras.

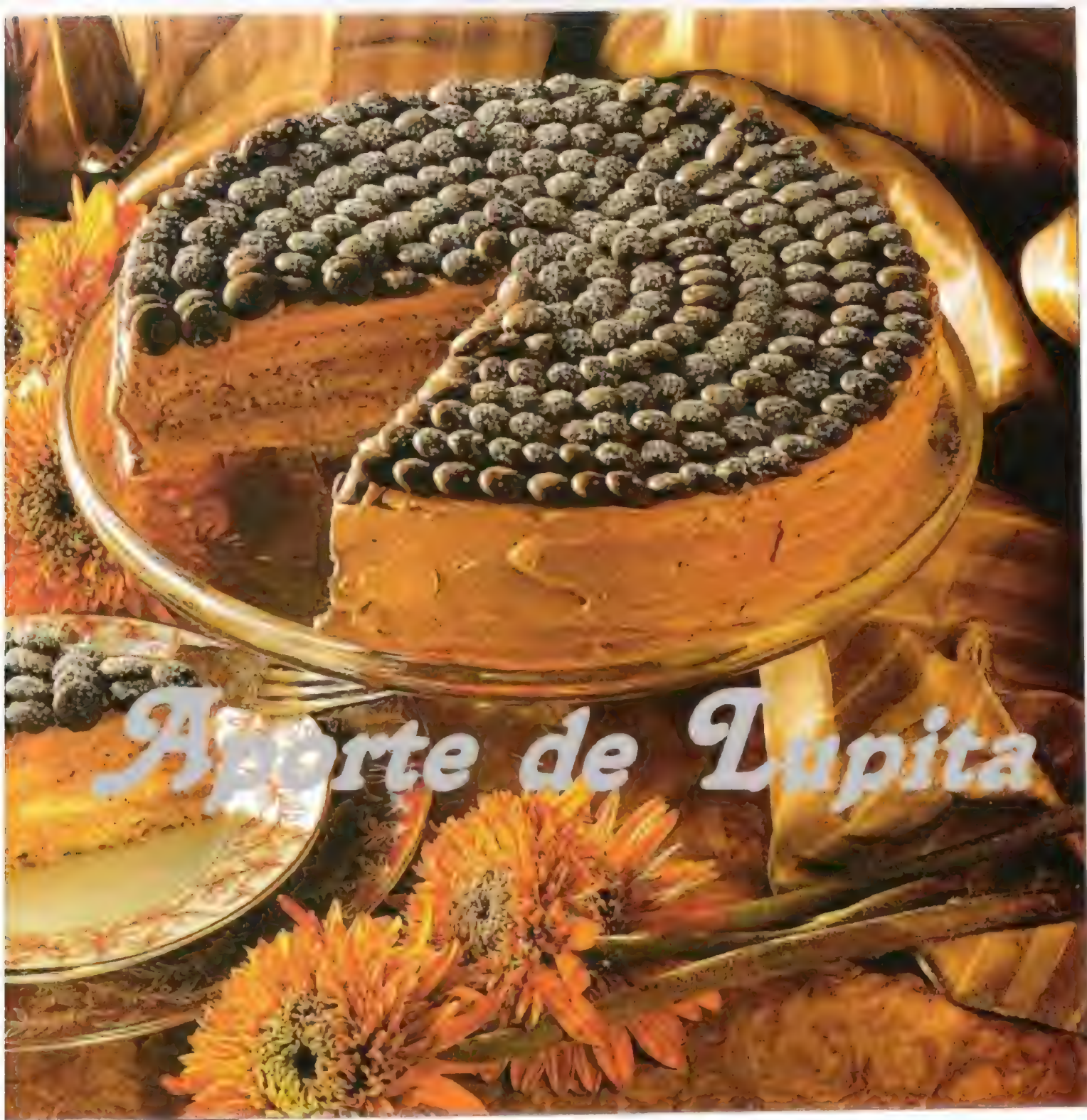


Con una cuchara de metal, incorporar la mezcla de frutos secos a las claras, en tres partes.



Agregar poco a poco el chocolate fundido a la mantequilla, sin dejar de batir.





# Aporte de Dupita



Con un cuchillo de sierra, cortar la base del pastel en tres partes.



Cubrir las rebanadas con el licor y con una capa de crema de vaina.



Decorar el pastel con las chips de chocolate.





## PASTEL DE FRUTA Y NUEZ

Tiempo de preparación: 40 minutos

+ 3 horas para reposar

Tiempo de cocción: 3-3½ horas

Porciones: 1 pieza



1 ½ tazas de harina

½ taza de polvo para hornear

1 cucharadita de especias molidas

¾ de taza de azúcar morena

1 taza de pasas

1 taza de pasas sultanas

100g de frutos secos, variados

200g de nueces

250g de mantequilla, fundida y fría

425g de fruta molida, ya preparada

1 manzana verde, pelada y rallada

2 cucharadas de mermelada de naranja

2 cucharadas de ron

2 huevos, ligeramente batidos

**1** Precalentar el horno a 160°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde redondo de 20 cm. Untar el fondo y las paredes con papel impregnado, y forrar las paredes con doble capa de papel de estraza, amarrado con un cordón.

**2** En un tazón, unir el harina, el polvo para hornear y las especias, agregar el

azúcar, las pasas, los frutos secos y la mitad de las nueces. Hacer un hueco en el centro, agregar la mantequilla, la fruta molida, la manzana, la mermelada, el ron y el huevo, revolver muy bien.

**3** Con una cuchara, servir la mezcla en el molde y alisar la superficie; decorar con el resto de las nueces. Hornear durante 3-3½ horas, o hasta que al insertar un palillo en el centro del pastel, salga limpio. Dejar enfriar en el molde durante varias o toda la noche, antes de desmoldar.

### NOTA

Puede guardarse hasta un mes en un recipiente hermético.



Envolver el molde con doble capa de papel de estraza y amarrar con un cordón.



Revolver muy bien todos los ingredientes.



Decorar la masa del pastel con el resto de las nueces.





# Aporte de Lupita

## PASTEL DE CANELA

Tiempo de preparación: 20 minutos  
Tiempo de cocción: 30 minutos  
Porciones: 1 pieza



60g de mantequilla  
 $\frac{1}{2}$  taza de azúcar refinada  
1 huevo, ligeramente batido  
1 cucharadita de esencia de vainilla  
1 taza de harina  
1 cucharadita de polvo para hornear  
 $\frac{1}{2}$  taza de leche  
20g de mantequilla, fundida

1 cucharadita de azúcar refinada, adicional  
1 cucharadita de canela, molida

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde redondo de 20cm de diámetro y forrar la base con papel encerado. Con la batidora eléctrica, batir la mantequilla y el azúcar, hasta obtener una pasta ligera y cremosa, agregar poco a poco el huevo y batir bien. Añadir la esencia de vainilla y batir bien.

**2** Pasar a un tazón más grande. Con una cuchara de metal incorporar el harina y el polvo para hornear, alternando con la

leche, revolver hasta eliminar los grumos. Con una cuchara, vaciar la masa en el molde preparado y alisar la superficie. Hornear durante 30 minutos, o hasta que al picar el centro con un palillo, este salga limpio. Dejar enfriar dentro del molde por 5 minutos antes de desmoldar en una rejilla metálica, para que termine de enfriar.

**3** Sin cesar, barnizar el pastel con mantequilla fundida, espolvorear con azúcar y canela molidas.

### NOTA

El pastel puede congelarse hasta por 3 meses.



Engrasar el molde con mantequilla o aceite, y forrar la base con papel encerado.



Incorporar el harina y el polvo para hornear, alternando con la leche.



Espolvorear el pastel cocido con abundante azúcar y canela molidas.





## PASTEL DE MANZANA Y ESPECIAS

Tiempo de preparación: 35 minutos

Tiempo de cocción: 1 hora

Porciones: 1 pieza



180g de mantequilla

$\frac{1}{2}$  taza de azúcar morena

2 cucharaditas de ralladura de limón

3 huevos, ligeramente batido

1 taza de harina

$\frac{1}{2}$  taza de harina integral

1 cucharadita de polvo para hornear

$\frac{1}{2}$  cucharadita de canela

$\frac{1}{2}$  taza de leche

1 lata de 410g de manzana para pay

$\frac{1}{4}$  de cucharadita de especias molidas

1 cucharada de azúcar morena, adicional

$\frac{1}{2}$  taza de almendras, fileteadas

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde redondo de 20cm de diámetro, y forrar la base con papel encerado. Con la batidora eléctrica, batir la mantequilla y el azúcar, hasta obtener una pasta ligera y cremosa, incorporar la ralladura. Agregar poco a poco los huevos y batir bien.

**2** Añadir las harinas, el polvo para hornear

y la leche a la mezcla, alternando con la leche. Con una cuchara, vaciar la mitad de la masa en el molde, poner  $\frac{1}{2}$  de las manzanas para pay y verter el resto de la masa encima, colocar el resto de la manzana alrededor de la orilla. Mezclar las especias, el azúcar adicional y las almendras, y espolvorear el pastel.

**3** Hornear durante 1 hora, o hasta que al pisar el centro con un dedo, este salga limpio. Desmoldar en una rejilla metálica para que se enfríe.

### NOTA

Las manzanas pueden sustituirse con chabacanos para pay, si se desea.



Batir la mantequilla y el azúcar, añadir la ralladura de limón.



Colocar las manzanas en la mitad de la masa, y cubrir con el resto de esta.



El pastel está cocido cuando el palillo sale limpio.





## TROZOS DE PASTEL DE MANZANA CON CANELA

Tiempo de preparación: 15 minutos  
Tiempo de cocción: 40 minutos  
Porciones: 36 piezas



125g de mantequilla  
½ taza de azúcar refinada  
2 huevos  
2 tazas de harina, cernida  
1 cucharadita de polvo para hornear  
1 ½ tazas de crema agria

2 manzanas verdes, peladas, descorazonadas, rebanadas  
½ taza de nueces, finamente picadas  
2 cucharadas de azúcar refinada  
1 cucharadita de canela, molida

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con mantequilla o aceite un molde de 20x30cm, forar la base y los lados con papel encerado. Con la batidora eléctrica, batir la mantequilla y el azúcar, hasta obtener una pasta ligera y cremosa; agregar los huevos uno por uno y batir bien después de cada adición. Cambiar a un tazón.

**2** Con una cuchara de metal, incorporar la harina a la crema agria y revolver. Con una cuchara, vaciar la masa en el molde.

**3** Colocar la manzana encima y espolvorear con la mezcla de nueces azucaradas. Hornear durante 35 ó 40 minutos. Dejar enfriar en el molde y partir en rectángulos.

### NOTA

Pueden agregarse nueces molidas encima de la masa del pan.



Forar la base y los lados del molde con papel encerado.



Agregar la crema agria a la mezcla y revolver.



Colocar las rebanadas de manzana encima de la masa y espolvorear con la mezcla de nueces.





## TROZOS DE PASTEL CONTINENTAL

Tiempo de preparación: 25 minutos  
+ 4 horas para refrigerar  
Tiempo de cocción: 10 minutos  
Porciones: 36 piezas



125g de mantequilla  
¾ taza de azúcar refinada  
¾ de taza de cocoa  
250g de galletas de trigo, molidas  
¾ de taza de coco rallado  
¾ de taza de avellanas, picadas  
¾ de taza de cerezas glaseadas, picadas  
1 huevo, ligeramente batido  
1 cucharadita de esencia de vainilla



Con el dorso de una cuchara, oprimir la base del pastel en el molde.

**Cubierta**  
60g de mantequilla  
1 ½ tazas de azúcar glass  
2 cucharadas de natilla en polvo  
1 cucharada de agua caliente  
1 cucharada de Grand Marnier  
125g de chocolate oscuro  
60g de manteca vegetal

**1** Forrar con papel aluminio un molde poco profundo de 18x28cm. En una vasija pequeña, mezclar la mantequilla, el azúcar y la cocoa; calentar a fuego lento, hasta que se derrita la mantequilla y la mezcla esté bien incorporada. Cocinar durante 1 minuto, sin dejar de revolver. Retirar del fuego y dejar enfriar un poco. En un tazón grande, mezclar las galletas molidas, el coco, las avellanas y las cerezas. Hacer un hueco en el centro, añadir



Poco a poco, agregar el azúcar glass a la mantequilla y el azúcar.

la mezcla de mantequilla, el huevo y la vainilla; revolver bien. Servir en el molde, y con el dorso de una cuchara, oprimir la masa. Refrigerar hasta que este firme.

**2 Cubierta:** Con la batidora eléctrica, batir la mantequilla hasta que este cremosa; agregar poco a poco el azúcar glass y la natilla en polvo, alternando con el agua y el Grand Marnier. Batir hasta que la mezcla quede ligera y esponjosa. Untar en la base y refrigerar hasta que firme.

**3** En un recipiente resistente al calor, mezclar el chocolate y la manteca; calentar a baño maría hasta que el chocolate se funda y la mezcla quede homogénea. Untar sobre la base y refrigerar hasta que firme. Partir en pequeños cuadrados y servir.



Untar el chocolate a la base del





## BESOS DE CAFÉ

Tiempo de preparación: 30 minutos

Tiempo de cocción: 10 minutos

Porciones: 30 piezas



3 tazas de harina  
160g de mantequilla, en trocitos  
½ taza de azúcar refinada  
1 huevo, ligeramente batido  
1 cucharada de café soluble  
1-2 cucharadas de agua fría

*Crema de café*

80g de mantequilla  
1 taza de azúcar glass, cernida

2 cucharaditas de agua  
2 cucharaditas de café soluble  
100g de chocolate blanco, fundido

**1** Precalentar el horno a 180°C. Engrasar con aceite dos charolas para galletas y forrar con papel encerado. En un tazón, cernir el harina, agregar la mantequilla y frotar con los dedos, hasta que la mezcla tenga consistencia de migajas finas. Añadir el azúcar, el huevo y el café disuelto en agua. Mezclar con una espátula hasta formar una masa suave. Amasar ligeramente hasta eliminar los grumos.

**2** Con el rodillo, extender la masa entre dos hojas de papel encerado hasta alcanzar 4mm de espesor. Con un cortador

acanalado, recortar círculos de 5cm y colocar en las charolas. Hornear durante 10 minutos, o hasta que estén ligeramente doradas. Pasar las galletas a una rejilla metálica para que se enfrien.

**3 Crema de café:** Con la batidora eléctrica, batir la mantequilla y el azúcar glass hasta que estén ligeras y cremosas. Agregar el café disuelto en agua y batir para incorporar. Colocar la mezcla en una duya con boquilla acanalada y esparcir en la mitad de las galletas; cubrir con la otra mitad, para formar sándwiches. Decorar con el chocolate fundido; si se desea, colocar un grano de café cubierto de chocolate.



Con los dedos, frotar el harina con la mantequilla.



Poner las galletas en una rejilla metálica para que se enfrien.



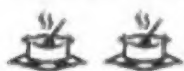
Con una duya de boquilla acanalada, esparcir la crema de café en las galletas.





## GALLETAS DE LIMÓN

Tiempo de preparación: 30 minutos  
+ 1 hora para refrigerar  
Tiempo de cocción: 12-15 minutos  
Porciones: 30 piezas



150g de mantequilla, ablandada  
¾ de taza de azúcar refinada  
1 huevo, ligeramente batido  
1 cucharada de jugo de limón  
2 cucharaditas de ralladura de limón  
2 cucharaditas de ralladura de lima  
1 taza de harina  
½ cucharadita de polvo para hornear  
60g de mazapán, rallado

### Glaseado de limón

1 taza de azúcar glass, cernida  
1 cucharadita de ralladura de limón  
1 cucharada de jugo de limón  
2 cucharaditas de agua

**1** Forrar dos charolas con papel encerado. Con la batidora eléctrica, batir la

mantequilla y el azúcar hasta que estén ligeras y cremosas. Agregar el huevo, el jugo y las ralladuras, batir hasta incorporar.

**2** Pasar a un tazón más grande. Añadir el harina, el polvo para hornear y el mazapán; con una espátula, revolver hasta obtener una masa suave. Dividir la mezcla en dos. Una parte, amasar en una superficie enharinada hasta eliminar los grumos.

**3** Enrollar la masa hasta obtener un tronco de 4cm de diámetro, envolver en plástico adherente y refrigerar durante 1 hora. Repetir el proceso con el resto de la masa. Precalentar el horno a 180°C. Cortar la masa en rebanadas de 1 cm. Colocar en las charolas y hornear durante 10 ó 15 minutos, o hasta que se doren ligeramente. Dejar enfriar en las charolas.

**4** Glaseado de limón: En un tazón pequeño, mezclar el azúcar glass, la ralladura, el jugo y el agua. Batir hasta que la mezcla quede homogénea; remojar las galletas en el glaseado o esparcir con una duya.



Agregar el huevo, el jugo y las ralladuras a la mantequilla y azúcar batidas.



En una superficie enharinada, amasar hasta eliminar los grumos de la masa.



Con un cuchillo afilado, cortar cada tronco en rebanadas de 1cm.



### NOTA

Las galletas de limón pueden conservarse hasta 4 días en un recipiente hermético.



## ALMOHADILLAS DE FRUTA SECA

Tiempo de preparación: 20 minutos  
+ 30 minutos para refrigerar  
Tiempo de cocción: 15 minutos  
Porciones: 20 piezas



250g de queso crema, suavizado  
125g de mantequilla  
1 ½ tazas de harina  
¼ de cucharada de polvo para hornear  
1 huevo, ligeramente batido,  
para barnizar

### Relleno

2 cucharadas de azúcar  
½ taza de jugo de naranja  
1 cucharadita de ralladura de naranja  
½ taza de mezcla de frutas secas  
½ cucharadita de canela molida

**1** Precalentar el horno a 210°C. Forrar dos charolas con papel encerado. En el procesador de alimentos, batir el queso crema y la mantequilla durante 20 segundos, o hasta que se mezclen. Agregar el harina y el polvo para hornear, cerrados, y batir 30 segundos, o hasta que la mezcla forme una masa suave. Vaciar en una superficie ligeramente enharinada y amasar hasta eliminar los grumos. Envolver la masa en plástico adherente y refrigerar durante 30 minutos.

**2 Relleno:** En una cazuela pequeña, mezclar el azúcar y el jugo de naranja, calentar a fuego lento hasta que se disuelva el azúcar; agregar la ralladura, la fruta seca, y dejar que suelte el hervor; bajar la flama y cocinar, destapado, durante 5 minutos, o hasta que la fruta se ablande y se absorba el líquido; dejar enfriar.

**3** Dividir la masa en dos. Una parte, extender con el rodillo entre dos hojas de papel encerado hasta que tenga 4mm de



espesor. Con un cuchillo, cortar la pasta en rectángulos de 8cm; barnizar con el huevo. Servir una cucharadita de relleno en el centro de cada rectángulo; cerrar los extremos para formar una almohadilla y barnizar con huevo. Repetir el proceso con el resto de la masa y del relleno. Colocar las almohadillas en las charolas

y hornear durante 15 minutos, o hasta que doren. Dejar enfriar en las charolas. Si se desea, espolvorear con azúcar glass.

### NOTA

Las almohadillas de fruta seca pueden conservarse hasta 4 días en un recipiente hermético.



Amasar la pasta en una superficie ligeramente enharinada y formar una pelota.



Cocer la fruta hasta que se absorba el líquido.



Cerrar la pasta para formar una almohadilla y barnizar con huevo.



# Aporte de Lupita

## Información útil

Guía de conversiones			Conversiones		
1 taza	=	250 ml (8 fl oz)	1/2 taza	=	125 ml (líquidos)
1 cucharadita	=	5 ml	1/2 taza	=	40 g (sólidos)
1 cucharada	=	20 ml (4 cucharaditas)	1/2 taza	=	50 g (sólidos)
1 cucharada (Estados Unidos, Inglaterra)	=	15 ml (3 cucharaditas)	1/2 taza	=	80 ml (líquidos)
			1/4 taza	=	60 ml (líquidos)
			1/4 taza	=	7 g (sólidos)
			3/4 taza	=	170 ml
			3/4 taza	=	185 ml (líquidos)
			3/4 taza	=	75 g (sólidos)
			1 taza	=	250 ml
			1 1/2 tazas	=	375 ml
			1 3/4 tazas	=	410 ml
			2 tazas	=	500 ml
			3 1/2 tazas	=	875 ml
Medidas para sólidos			Temperaturas de horno		
7 g = 1/4 oz	90 g = 3 oz	250 g = 8 oz	Los tiempos de cocción pueden variar ligeramente según el tipo de horno que uses. Antes de que precalientes el horno, te sugerimos que consultes el instructivo para que controles bien la temperatura.		
15 g = 1/2 oz	100 g = 3 1/2 oz	300 g = 10 oz			
30 g = 1 oz	125 g = 4 oz	350 g = 11 oz			
40 g = 1 1/4 oz	150 g = 5 oz	400 g = 12 oz			
45 g = 1 1/2 oz	160 g = 5 1/2 oz	450 g = 13 oz			
50 g = 1 3/4 oz	175 g = 6 oz	500 g = 1 lb			
60 g = 2 oz	200 g = 6 1/2 oz	1 kg = 2 lb			
75 g = 2 1/2 oz	225 g = 7 oz	1.5 kg = 3 lb			
Medidas para líquidos				°C	°F
30 ml = 1 fl oz	185 ml = 6 fl oz		Muy bajo	120	250
60 ml = 2 fl oz	200 ml = 6 1/2 fl oz		Bajo	150	300
80 ml = 2 3/4 fl oz	250 ml = 8 fl oz		Tibio	170	325
100 ml = 3 1/2 fl oz	375 ml = 12 fl oz		Moderado	180	350
125 ml = 4 fl oz	500 ml = 16 fl oz		Moderado alto	190	375
170 ml = 5 1/2 fl oz	875 ml = 28 fl oz		Moderado alto	200	400
			Alto	220	425
			Muy alto	230	450
Medidas lineales			Nota: en caso de que tu horno tenga ventilador, consulta el manual de uso, pero por regla general, la temperatura se elige con 20°C menos de lo que se indica en la receta.		
1 cm = 1/2 in					
2.5 cm = 1 in					
3 cm = 1 1/4 in					
4 cm = 1 1/2 in					
10 cm = 4 in					
18 cm = 7 in					
Medidas para hierbas					
1/2 taza	=	15 g			
1/3 taza	=	20 g			
3/4 taza	=	25 g			
1 1/4 tazas	=	50 g			